CURS DE

PSIHOLOGIA PERSONALITĂȚII

Andrei Chiriță

2009

Cuprins

Capitolul 1
INTRODUCERE ÎN STUDIUL PERSONALITĂŢII 4

Capitolul 2
TRĂSĂTURILE DE PERSONALITATE 12

Capitolul 3
NEUROPSIHOLOGIA TRĂSĂTURILOR 21

Capitolul 4
SITUAŢIONISMUL ŞI INTERACŢIONISMUL 31

Capitolul 5
GENETICA COMPORTAMENTULUI 37

Capitolul 6
PSIHOLOGIA EVOLUŢIONISTĂ 44

Capitolul 7
BEHAVIORISMUL RADICAL 52

Capitolul 8
ÎNVĂŢAREA SOCIALĂ 64

Capitolul 9
PERSPECTIVA EXISTENŢIALISTĂ, FENOMENOLOGICĂ ŞI UMANISTĂ..... 73

Capitolul 10
PERSONALITATEA ANORMALĂ 84

BIBLIOGRAFIE 99

„Spun popoară, sclavii, regii
Că din câte-n lume-avem,
Numai personalitatea
Este binele suprem.”

J.W. Goethe, *Divanul Occidental-Oriental*
(trad. M. Eminescu)

INTRODUCERE ÎN STUDIUL PERSONALITĂŢII

În acest capitol

→ perioada preştiinţifică
→ perioada ştiinţifică (?)
→ idiografic sau nomotetic?
→ definirea personalităţii
→ utilitatea psihologiei personalităţii

Acum ceva vreme purtam o discuţie despre personalitate cu o persoană avizată şi îi spuneam că temperamentul unei persoane mi se pare foarte greu de determinat, la care respectiva persoană mi-a replicat că, dimpotrivă, temperamentul este cel mai uşor de determinat, mai ales pentru că are la bază anumite structuri neurofiziologice. Acest răspuns, precum şi informaţiile preluate din dogmaticul manual de liceu, m-au făcut să cred că nu analizez eu cum trebuie problema, de aceea mi se părea că am un temperament care variază semnificativ în funcţie de anumite situaţii şi anumite perioade de viaţă. Mai târziu, însă, cursul de psihologia personalităţii predat la facultate şi literatura de specialitate în domeniu mi-au arătat că aveam, de fapt, dreptate – temperamentul *este* greu de determinat! Ba mai mult, unii cercetători nici nu se mai ocupă de acest construct personologic.

La nivel de liceu (şi nu m-ar mira ca lucrurile să stea la fel şi prin anumite medii universitare), studiul personalităţii nu pare să prezinte probleme. Aflăm că personalitatea este o macrostructură alcătuită din temperament (latura dinamico-energetică), caracter (latura relaţional-valorică) şi aptitudini (latura instrumentală). Fiecare dintre aceste subcomponente (laturi) ale personalităţii are particularităţile ei. Am văzut deja că temperamentul este, chipurile, invariabil; caracterul se formează în timp, ne ajută să relaţionăm şi să acţionăm în conformitate cu regulile şi cu aşteptările societăţii, dar este mereu supus schimbării, iar aptitudinile sunt anumite capacităţi ale persoanei, care pot avea caracter înnăscut şi care se perfecţionează de-a lungul vieţii. Inteligenţa şi creativitatea sunt tratate uneori ca aptitudini *generale* şi chiar ca laturi distincte ale personalităţii.

Este o perspectivă didactică, iar predarea ei este îndreptăţită, deoarece nu putem să-l introducem pe elevul de liceu în „dezmăţul” (mai mult sau mai puţin) ştiinţific creat de psihologia personalităţii. Oricum, ar fi fost bine ca interlocutorul meu să aibă dreptate, astfel am fi avut şi noi anumite „formule” fixe după care să ne ghidăm în studiul personalităţii. Lucrurile, din păcate, stau mult mai prost. Cel ce studiază literatura din domeniul psihologiei personalităţii se va simţi probabil descurajat de acel dezmăţ de care aminteam mai sus. De altfel, nu am putea spune că există vreun domeniu al

psihologiei *încurajant*, ci doar anumite curente preferate de fiecare cercetător dintr-un motiv sau altul.

De aproape două secole, psihologia încearcă să îşi câştige statutul de ştiinţă şi, desigur, acelaşi lucru se întâmplă şi cu acel subdomeniu al ei care studiază personalitatea. Îl numim „subdomeniu", dar în realitate, aproape orice şcoală psihologică/curent psihologic are ca scop ultim elaborarea unui *model al personalităţii*. Deci nu ar fi foarte deplasat să spunem că psihologia se reduce la studiul ştiinţific al personalităţii.

Perioada preştiinţifică

Ce s-a întâmplat, însă, *înainte* de psihologia ştiinţifică? Ştim din acele manuale dogmatice că încă din antichitate existau încercări de a realiza anumite tipologii generale care să grupeze în categorii restrânse imensa diversitate a manifestărilor personalităţii. Printre cei care s-au încumetat la realizarea unei asemenea sarcini au fost **Hipocrate** (460-377 î.Hr.), părintele medicinii, şi **Galen** din Pergam (130-200). Hipocrate considera că putem găsi cauzele tuturor bolilor în umorile sau fluidele corporale: sânge, flegmă, bilă neagră şi bilă galbenă. Mai târziu, Galen a asociat o cantitate mai crescută a uneia dintre aceste umori cu patru tipuri temperamentale (coleric – bila galbenă, sangvinic – sânge, flegmatic – flegmă şi melancolic – bila neagră). De asemenea, cele patru tipuri temperamentale au fost asociate cu cele patru anotimpuri şi cu elementele considerate fundamentale la acea vreme (foc, aer, apă şi pământ). Un dezechilibru excesiv ducea la boală fizică şi/sau psihică (prea multă bilă neagră, de exemplu, se asocia cu anxietatea şi depresia). Tot în perioada antică, **Aristotel** (384-322 î.Hr.) scria în *Etica nicomahică* a sa că anumite trăsături, cum ar fi îngâmfarea, modestia şi laşitatea, sunt principalele cauze ale comportamentului moral sau imoral (Aristotel). Unul dintre discipolii lui Aristotel, **Teofrast** (371-287 î.Hr.), descoperea treizeci de caractere sau tipuri de personalitate, termeni practic echivalenţi cu trăsăturile de personalitate (Theophrastus, 1826).

Şi în ziua de azi se discută intens despre trăsăturile de personalitate, dar concepţia umorală nu mai are decât o valoare istorică. În „epoca luminilor", **Immanuel Kant** (1724-1804) a remodelat cele patru temperamente umorale pe dimensiunile „simţirii" şi „activităţii", elaborând o tipologie simplă cu caracter psihologic (fig. 1.1a). O tipologie asemănătoare găsim şi la părintele psihologiei moderne, **Wilhelm Wundt** (1832-1920), după cum se poate observa în fig.1.1b. În

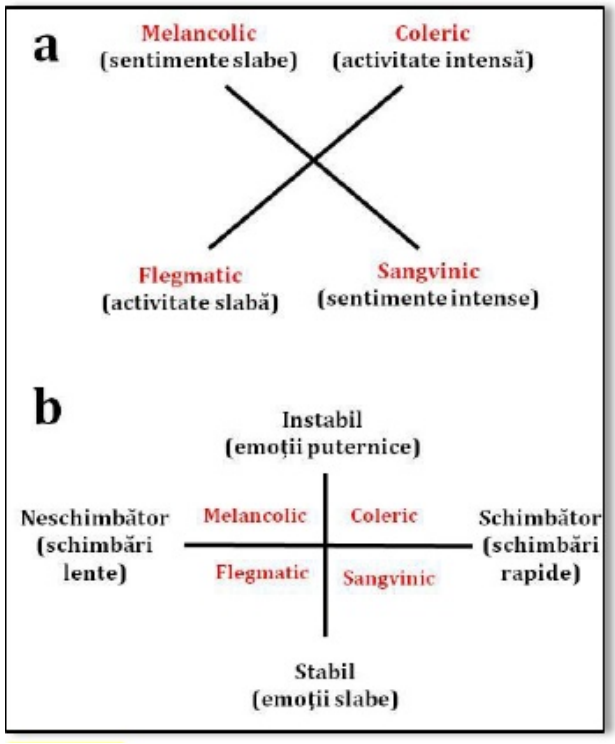


Figura 1.1. Modificările aduse de (a) Kant şi (b) Wundt asupra modelului temperamental al celor patru umori (după Matthews, Deary, Whiteman, 2003).

secolul XX, cele patru tipuri temperamentale au fost reduse de **Carl Gustav Jung** (1875-1961) la doar două: introversiune şi extraversiune. Stelmak şi Stalikas (1991) consideră că există o relație „stranie" între aceste scheme preştiințifice şi studiul actual al dimensiunilor nevrozismului şi extraversiunii (*apud* Matthews, Deary, Whiteman, 2003). Stranietatea acestei relații se referă la faptul că influențele asupra abordărilor moderne rămân încă neclare.

Perioada ştiinţifică(?)

Secolul al XX-lea a cunoscut o adevărată explozie de idei (şi alte feluri de explozii...) în toate domeniile cunoaşterii şi poate în nici un alt domeniu explozia n-a fost mai puternică decât în psihologie. Numeroase şcoli au apărut, fiecare cu teoriile ei, testate mai mult sau mai puțin experimental, şi fiecare tindea către sau pretindea statutul de știință. Pentru a căpăta acest statut, adesea se recurge la diferite subterfugii care într-adevăr pot transforma aproape orice speculație în știință. Probabil cel mai bun exemplu este cel al **psihanalizei**. Freud a întemeiat probabil cel mai influent domeniu al psihologiei, pentru omul de rând şi nu numai, imaginea sa fiind asociată cu psihologia. După cum bine ştim, pentru el, personalitatea este alcătuită din Sine (Id), Eu şi Supraeu. Cele trei se află într-o relație dinamică, iar interacțiunea dintre ele este **cauza** comportamentului. În mare, teoria sa arată ca o nouă religie sau mitologie. Freud însuşi era conştient că psihanaliza nu e ştiință şi că nu poate aduce dovezi experimentale, dar spera că descoperirile fiziologice ulterioare vor aduce dovezile necesare pentru a o face ştiință. Până acum, visul lui Freud nu a fost împlinit. Nu vom mai reveni asupra psihanalizei în acest curs.

Psihologia umanistă, psihologia fenomenologică, psihologia existențialistă, orientările cognitiviste (şi chiar psihologia cognitivă), teoriile constructiviste şi ale inteligenței, toate au oferit una sau mai multe perspective asupra personalității, în schimb nici una nu a reuşit să demonstreze *existența* constructelor (conceptelor) studiate şi aproape toți au invocat *scuza* că psihicul nu este accesibil observației directe, acesta trebuie să fie descoperit fie prin introspecție (la care au renunțat aproape toți cercetătorii), fie prin deducție bazată pe observația comportamentului. Astfel, au fost create numeroase instrumente care au fost folosite în situații experimentale şi, spre norocul cercetătorilor, teoriile lor au fost confirmate. Este necesar, totuşi, să ne întrebăm ***ce*** se confirmă în aceste experimente. De exemplu, explicația standard în cazul reflexului condiționat observat la câinele lui Pavlov era că acest câine asociază stimulul necondițional (hrana) cu stimulul condițional (lumina sau clopoțelul), dar noi nu ştim dacă într-adevăr câinele asociază ceva, în schimb ştim că Pavlov asociază cei doi stimuli în prezența câinelui, provocându-i astfel un reflex salviar (Skinner,

„Nenorocirea psihologului este de a nu fi niciodată sigur că face ştiință. Iar dacă o face, nu este niciodată sigur că aceea este psihologie" (**Pierre Greco**, *apud* Pavelcu, 1972, p.27).

1977). Prin urmare, nu trebuie să ne pripim în a numi ştiinţă simpla confirmare a unei speculaţii ci trebuie să *înlăturăm* speculaţia. ***Înainte de toate, ştiinţa trebuie să aibă un obiect de studiu***.

Acest inconvenient a fost înlăturat de către acea perspectivă psihologică numită **behaviorism**. Obiectul de studiu al behaviorişti-lor este comportamentul şi situaţiile în care acesta apare, precum şi istoria personală (a întăririlor comportamentale) a individului. Personalitatea devine astfel un pattern relativ stabil de răspunsuri la o anumită categorie de stimuli. Vom reveni în cap.7. Dar, cu toate acestea, probabil nici un alt curent psihologic nu a primit mai multe critici, chiar dacă contribuţiile aduse psihologiei ştiinţifice au fost uriaşe, iar după cum afirmă Grigore Nicola, „în veacul care s-a încheiat, nici un psiholog (om de ştiinţă, practician sau empirist) nu-şi putea da seama în ce măsură era *behaviorist*" (2001, p.121).

Ce s-a întâmplat în această perioadă ştiinţifică cu temperamentul? Gordon Allport este principalul psiholog care s-a ocupat de studiul **trăsăturilor de personalitate**, expunând „doctrina trăsăturilor" într-o celebră lucrare (Allport, 1937)**.** De asemenea, el a făcut distincţia între temperament şi caracter. Mai târziu, Raymond Cattell, Hans Eysenck, Costa şi McCrae ş.a. au redus numărul foarte mare de trăsături la câţiva **factori**, prin metoda analizei factoriale. Vom discuta pe larg despre trăsături şi factori în cap.2, iar în cap.3 vom prezenta principalele descoperiri neurofiziologice legate de temperament (= factori, trăsături, habitudini etc.). Datorită faptului că au mai existat şi alţii care au observat că trăsăturile nu sunt stabile, ci variază în funcţie de situaţie şi de-a lungul timpului, a apărut problema **consistenţei comportamentului** şi o nouă orientare numită **situaţionism**. Despre acesta vom discuta în cap.4.

Deşi adesea se echivalează trăsăturile cu temperamentul, problema este mai complicată. McCrae et al. (2000, *apud* Matthews, Deary, Whiteman, 2003) consideră că distincţia dintre temperament şi studiul trăsăturilor se face pe baza diferenţelor dintre scopurile şi metodele celor două tradiţii de cercetare: cei care studiază temperamentul sunt interesaţi de procesele şi mecanismele dispoziţiilor temperamentale, iar cei care studiază trăsăturile au tendinţa de a se concentra asupra consecinţelor şi corelatelor trăsăturilor (cum ar fi conştiinciozitatea, sănătatea, performanţele în muncă). Discuţia s-ar întinde mai mult decât este de dorimt, aşa că îl voi redirecţiona pe cel interesat către cartea autorilor citaţi.

Vedem că psihologia personalităţii nu duce lipse de idei sau de cercetători. Pe lângă „cele trei forţe în psihologie" (psihanaliză, behaviorism şi psihologia umanistă), asistăm şi la cea de-a patra (psihologia transpersonală), precum şi la diverse abordări, cum ar fi abordarea sistemică, abordarea atomară (în care M. Zlate include, în

Situație: Maria se duce la o petrece de revelion.

Comportament: La acea petrecere, Maria devine tensionată şi reticentă când se apropie alte persoane de ea.

Explicații posibile:

- *Evoluționistă*: a te feri de anumite obiecte sau anumiți indivizi care sunt percepuți ca amenințători are valoare pentru supraviețuire.
- *Psihanalitică*: retragerea reprezintă o dorință ascunsă de a atrage atenția celorlalți sau Maria suferă de un complex de inferioritate.
- *Behavioristă*: petrecerea se asociază cu un eveniment neplăcut; în trecut, când s-a îndepărtat de anumite persoane, Maria a evitat şi anumite situații aversive.
- *Dispozițională* (a trăsăturilor): Maria are un grad ridicat de nevrozism şi/sau introversiune.
- *Umanistă*: e posibil ca Maria să aibă o foarte puternică trebuință de autorealizare, motiv pentru care se simte incomfortabil în preajma activităților ce țin mai mult de trebuințele homeostatice.
- *Fenomenologie:* Maria are nişte „teorii" în legătură cu ce urmează să se întâmple şi asta e realitatea ei, chiar dacă nu ar avea de ce să-i fie teamă.
- *Învățare socială*: Maria a observat că, dacă o persoană este retrasă, uneori poate primi mai multă atenție.

chip curios, şi behaviorismul), abordarea structurală (gestaltismul – accentul este pus pe întreg, pe structură, nu pe componente) şi psihosocială (analiza personalității doar în context social) (vezi Zlate, 2004, pp. 13-23). Despre acestea nu vom mai discuta în curs.

Trebuie să menționăm că toate perspectivele psihologice au fost influențate, într-o mai mică sau mai mare măsură, de către **genetică** (cap.5) şi de cea mai controversată ramură a biologiei: **evoluționismul** (cap.6) (Hendrick, 2005).

Idiografic sau nomotetic?

Analizând perspectivele psihologice asupra personalității, vom observa că sunt folosite două mari **strategii de cercetare**: idiografice şi nomotetice. Distincția dintre idiografic şi nomotetic se referea inițial la distincția dintre metodologia ştiințelor naturii, care urmăresc legi generale (*nomotetic*) şi ştiințele umaniste, în special istoria, care se concentrează mai degrabă asupra anumitor persoane celebre (*idiografic*). În psihologie, această distincție a fost introdusă de către William Stern în 1921, în lucrarea *Psihologia diferențială*, iar în psihologia personalității de Gordon Allport (1937) (Crețu, 2005). În demersurile lor de cercetare, unii personologi au recurs la metodologii care se axează pe studiul manifestărilor comportamentale individuale şi distinctive pentru fiecare persoană. Această orientare poartă numele de idiografică (gr. *idios* = propriu, personal), iar unul din cei mai reprezentativi cercetători ar putea fi Abraham Maslow, care a studiat diverşi oameni celebri, cum ar fi Einstein sau Eleanor Roosevelt. La polul opus, se află cercetătorii care pornesc de la anumite legi generale, pe care le aplică tuturor oamenilor şi care se încadrează în orientarea nomotetică (gr. *nomos* = lege, normă). Am putea spune că în principal behavioriştii au o strategie nomotetică. Există totuşi un mare dar! Dacă analizăm mai atent, putem observa că această distincție între idiografic şi nomotetic nu este nici necesară, nici foarte validă. Am afirmat că Maslow este reprezentativ pentru strategiile idiografice, însă rezultatele obținute de el din analiza respectivelor personalități au fost generalizate şi integrate într-un model ierarhic, *general*, aplicabil (după el) tuturor persoanelor. Nu este tocmai o *lege*, dar asta a urmărit psihologul american. De asemenea, behavioriştii şi-au formulat legile şi principiile în funcție de rezultatele obținute asupra unor animale de laborator sau cazuri particulare (cum ar fi micuțul Albert, pe care Watson l-a condiționat să se sperie de un şoarece alb şi de alți stimuli asemănători). Deci putem observa că psihologia personalității nu trebuie considerată nici idiografică, nici nomotetică, ci o combinație între cele două. Ar fi poate mai indicat să afirmăm că psihologia personalității are scopul (1) de a studia diferențele dintre persoane (descoperind astfel criteriile generale de diferențiere) şi (2) de a studia persoana ca un întreg structurat şi unic (Pervin, John, 2001).

„Psihologia personalității nu este exclusiv nomotetică, nici exclusiv idiografică. Ea caută un echilibru între cele două extreme” **(Gordon Allport,** 1961, p.33).

Definirea personalității

Am văzut până acum că există numeroase perspective asupra personalității şi că există anumite dificultăți metodologice pe care le produce studiul personalității, dar nu am arătat *ce este personalitatea*. Se poate deduce din cele prezentate până acum că nu este uşor de spus. Şi omul de rând şi psihologul vorbesc despre personalitate, dar nu amândoi înțeleg acelaşi lucru prin acest termen, în limbaj comun având mai degrabă conotația de celebritate. Ne-am aştepta ca un cercetător să-şi poată defini simplu şi imediat obiectul său de studiu, dar asta rămâne deocamdată o utopie pentru psihologia personalității. Allport (1937) găsea 50 de definiții ale personalității. Iată o serie de definiții, cu scop exemplificativ (*majoritatea apud* Carducci, 2009):

- „Acel lucru care permite predicția a ceea ce o persoană va face într-o anumită situație" (Raymond Cattell)
- „Cea mai adecvată conceptualizare a comportamentului unei persoane în toate detaliile sale" (David McClelland)
- „Patternul unic de trăsături al unei persoane" (J.Guilford)
- „Organizarea dinamică din interiorul individului a acelor sisteme psihofizice care determină comportamentul său caracteristic şi gândirea sa" (Gordon Allport)
- „Patternurile distincte de comportament (inclusiv gândurile şi «afectele», adică emoțiile şi sentimentele, şi acțiunile) care caracterizează fiecare individ în timp"(Walter Mischel)
- „Personalitatea se referă la mecanismul şi logica generală de organizare şi integrare şi integrare în *sistem generic supraordonat* a componentelor bioconstituționale, psihice şi socio-culturale ale omului" (Mihai Golu)
- „Personalitatea reprezintă acele caracteristici ale unei persoane care sunt responsabile pentru anumite patternuri consistente de simțire, gândire şi comportare" (Lawrence Pervin şi Oliver John)
- „Personalitatea se referă la patternurile caracteristice de gândire, emoții şi comportament ale unui individ, împreună cu mecanismele psihologice – ascunse sau nu – care stau la baza acestor patternuri" (David Funder)
- „Organizarea modelelor de conduită care caracterizează o persoană ca individualitate într-o diversitate de situații" (H. Kendler)

„Abordarea ştiințifică a personalității ne oferă de la început un aspect paradoxal: fiind o preocupare centrală a psihologiei, ar fi firesc ca oamenii de ştiință să fie de acord cu privire la natura obiectului lor de investigație şi să fi ajuns, până astăzi, la o precizie, atât sub raport ontologic, cât şi metodologic al cercetărilor. Or, unanimitatea există numai cu privire la constatarea diversității semnificațiilor, privind atât structura, dezvoltarea, cât şi metodele de cercetare a personalității" (**Vasile Pavelcu**, 1982, p.355).

Ce au în comun toate aceste definiții? Majoritatea autorilor consideră că există trei caracteristici comune: **unicitatea individului**, **consistența comportamentului** şi **conținutul şi procesualitatea personalității**. Este greu să elaborăm o definiție care să spună *totul* despre personalitate, dar acestea sunt cele trei caracte-

Unicitatea individului se referă la faptul că fiecare personalitate este unică şi irepetabilă. Unicitatea se poate observa foarte bine atunci când două persoane acționează complet diferit în aceeaşi situație. Cercetătorii încearcă să găsească bazele acestei unicități, fiecare în funcție de orientarea sa teoretică.

Constistența comportamentului se referă la invariabilitatea manifestărilor unei persoane de-a lungul timpului şi în diferite situații. Probabil cei mai mulți oameni se plâng că toată viața s-au comportat într-un anumit fel care nu le-a convenit şi că s-au purtat cu toată lumea la fel. Ca şi în cazul unicității, rămâne să vedem ce determină consistența.

Conținutul şi procesualitatea se referă la *ce este* personalitatea şi *cum* determină aceasta comportamentul. Explicațiile se întind între doi poli: cei care consideră că comportamentul este direcționat din interior (în principal trăsături), iar la polul opus, cei care consideră că mediul şi istoria personală controlează comportamentul.

ristici după care trebuie să ne ghidăm în cercetarea şi în diagnosticul personalității (Carducci, 2009).

Uneori, pentru a desemna personalitatea se folosesc şi alți termeni, precum individ, subiect, eu, sine (*self*) ş.a. **Eul** are semnificația unei relații delimitate cu un conținut propriu şi care se raportează nu doar la altă realitate, ci şi la sine (*eu însumi*), precum şi la un alt *eu*, similar. În special psihanaliza a preluat tema eului, dar, la început, i-a acordat o importanță redusă în „aparatul psihic". La Jung, eul este echivalat cu conştiința, dar cuprinde, desigur, tot numai o parte a psihismului personalității. Multe dintre sensurile eului interferează cu cele ale **sinelui**. Sinele a avut o carieră filosofică mai ales în înțelesul de conştiință de sine, distinctă de cea a obiectelor exterioare. Sensul psihologic al sinelui a fost deseori cel de agent proactiv şi reflexiv conştient (Popper, Eccles, 1984; Zlate, 2004; Lăzărescu, Nireştean, 2007).

Utilitatea psihologiei personalității

La ce bun psihologia personalității? La ce bun toate teoriile şi toate dezbaterile despre personalitate? Au ele o utilitate practică sau s-ar putea descurca în continuare omul şi fără ele, aşa cum s-a descurcat de la începutul evoluției sale până acum? Evident că s-ar descurca şi fără teoriile personalității, dar cu siguranță s-ar descurca mult mai greu. Practica socială curentă, extrem de diversificată, are nevoie de nişte teorii după care să se ghideze, căci, după cum spunea Kurt Lewin, *nimic nu este mai practic decât o teorie bună*. Este nevoie de psihologia personalității în organizații (ce alt domeniu este mai strâns legat de resursele *umane*?), în şcoli, în clinici (poate în viitor, psihologia va lua locul psihiatriei în tratamentul bolnavilor psihic), în probleme judiciare, militare ş.a.m.d. O teorie bine realizată are meritul de a pune cap la cap elemente disparate, permițând astfel omului să controleze (nu în semn manipulativ) obiectul teoriei. Pentru a realiza acest control, înainte trebuie să realizăm o **descriere**, apoi o **explicație** (avem, deci, un *model explicativ*), iar în final, pe baza acestora, vom putea face **predicții**. Revenind la caseta de pe margine de la pag. 7, putem observa că avem o *descriere* a situației şi a reacțiilor Mariei, *explicații* date de anumite curente (teorii) din psihologia personalității, iar pe baza acestora putem prezice faptul că în situații asemănătoare Maria va acționa asemănător (consistența comportamentului). Ştiind toate acestea, într-o şedință de terapie, putem interveni (sau nu) asupra cauzele comportamentului respectiv şi îl putem ameliora. Din toate vremurile au existat anumiți înțelepți sau escroci care au reuşit să facă asta fără vreo anumită teorie validată experimental, dar datorită acestor

teorii, numărul acestor înțelepți poate creşte, iar escrocheria poate fi eliminată.

Problema cea mare rămâne în continuare alegerea unei anumite orientări teoretice. Fiecare cercetător va spune, desigur, că orientarea lui este cea mai bună şi va fi foarte convingător, dar asta nu înseamnă că va fi şi pentru altcineva la fel de bună această orientare. De multe ori, o teorie reflectă întâmplările prin care a trecut elaboratorul ei. Aproape toate tratatele contemporane sunt de părere că există o nevoie de sinteză, de o teorie unificatoare care să cuprindă în ea toate aspectele esențiale din cele mai importante teorii actuale. Eu nu împărtăşesc întru totul această părere. Există, într-adevăr, o nevoie de sinteză, dar cred este mai importantă stabilirea obiectului de studiu. În orice caz, sunt anumite perspective pe care pur şi simplu nu avem voie să le ignorăm, orice fel de teorie am elabora, cum ar fi evoluționismul şi genetica comportamentului (Buss, 2005; 2009; Millon, 2003; 2005; Millon, Grossman, 2003; Tooby, Cosmides, 2005; Hendrick, 2005; Livesley, Jang, 2005).

„Viitorul personologiei (...) se arată atât promițător, cât şi bogat, dacă eforturile sunt direcționate către sarcina de a construi o ştiință (...) integrată” (**Theodore Millon**, 2005, p.545).

- Perioada ştiințifică a psihologiei personalității se caracterizează printr-o mare varietate de curente şi teorii; la un nivel foarte general, aceste teorii privesc personalitatea fie ca pe o organizarea interioară a individului (personologie), fie ca pe o chestiune dependentă strict de situație (situaționism).
- Cercetarea în psihologia personalității se concentrează fie asupra individului (strategii de cercetare idiografice), fie încearcă să descopere legi generale (strategii nomotetice); totuşi, în realitate, această diferențiere nu este necesară, întrucât orice orientare teoretică îmbină, de fapt, cele două tipuri de strategii.
- Toate concepțiile despre personalitate au trei caracteristici în comun: consideră individul unic, încearcă să determine consistența comportamentului şi încearcă să descrie conținutul şi procesualitatea personalității.
- Orice teorie a personalității trebuie să ofere descrieri, explicații şi predicții asupra comportamentului.
- Există o nevoie pregnantă de realizare a unei teorii unificatoare a personalității.

1. Aveți în general explicații pentru comportamentul dumneavoastră? Vă ajută vreun model psihologic în explicarea acestuia?
2. Urmând exemplul Mariei (pag. precedentă), imaginați-vă aplicații posibile ale psihologiei personalității în organizații şi în educație.
3. Cum credeți că va arăta viitorul psihologiei personalității?

TRĂSĂTURILE DE PERSONALITATE

În acest capitol

- → **perspectiva lui Allport**
- → **Cattell: analiza factorială; 16PF**
- → **Eysenck: cei trei gigantici**
- → **modelul celor cinci factori**
- → **trăsături vs. stări efemere**

Dacă v-aş cere în momentul acesta să vă caracterizaţi în câteva cuvinte, probabil aţi începe să înşiraţi nişte atribute, precum „inteligent/-ă", „sincer/-ă", „curajos/curajoasă", „ambiţios/ambiţioasă" ş.a.m.d. Este şi normal, având în vedere că acest mod de a înţelege personalitatea este probabil cel mai vechi. Cea mai veche scriere literară, poemul sumerian *Epopeea lui Ghilgameş*, vorbeşte despre curajul, aroganţa şi înţelepciune acestuia. De asemenea, am văzut în capitolul precedent că Hipocrate, Galen, Aristotel şi Teofrast s-au ocupat destul de intens de trăsăturile de personalitate ale oamenilor.

Dar nu numai anticii şi oamenii de rând privesc personalitatea ca fiind alcătuită din anumite trăsături. Perspectiva trăsăturilor de personalitate (numită şi **modelul dispoziţional** sau **psihometric**) este cel mai răspândit curent şi în psihologia personalităţii. Totuşi, există o mare diferenţă între modul în care abordează psihologii trăsăturile şi modurile în care le abordează oamenii cu alte ocupaţii. De exemplu, curajul lui Ghilgameş provenea de la Adad, zeul furtunilor, iar mulţi oameni din zilele nostre ar putea considera, de asemenea, că trăsăturile unei persoane sunt daruri sau pedepse divine. Dar psihologia trăsăturilor din zilele noastre consideră că trăsăturile se formează prin interacţiunea dintre zestrea genetică şi mediu, primind informaţii foarte importante de la o disciplină destul de riguroasă, numită genetica comportamentului (cap.5). Nu este nimeni sigur că intervenţia divină nu are nimic de-a face cu trăsăturile, dar această intervenţie nu poate fi studiată, prin urmare, este sarcina teologilor şi filosofilor să speculeze asupra ei.

Cercetătorii din sfera psihologiei sociale au arătat că oamenii au tendinţa de a considera că comportamentele oamenilor sunt cauzate de aceste trăsături, chiar şi atunci când influenţa factorilor de mediu este evidentă (Ross, 1977 *apud* Costa, McCrae, 2006). Prin urmare, se pare că este în natura noastră (este o trăsătură generală) să ne atribuim nouă înşine, precum şi celorlalţi, caracteristici durabile şi definitorii. Totuşi, oamenii de rând se pot înşela (de multe ori, nu mai mult decât oamenii de ştiinţă sau filosofii), de aceea la sfârşitul anilor 1960 a apărut şi o reacţie adversă la psihologia trăsături-

„ ...în ultimul sfert de secol, studii empirice riguroase au clarificat natura, structura, originile şi consecinţele trăsăturilor de personalitate. Datele disponibile acum oferă justificări ample pentru predilecţia umanităţii de a explica personalitatea în termeni de trăsături, deorece trăsăturile explică într-adevăr o mare parte din comportamentul uman" (**Paul Costa Jr.** şi **Robert McCrae**, 2006, p.96).

lor, şi anume, situaționismul, urmat de o încercare de reconciliere, numită interacționism (cap.4).

Perspectiva lui Allport

Faptul că putem studia acum un curs de psihologia personalității, se datorează în cea mai mare măsură lui **Gordon Allport**. La 22 de ani, fiind proaspăt absolvent, Allport a obținut o întâlnire cu Freud, care devenise celebru la vremea aceea (1920). Când a intrat în biroul lui Freud, acesta pur şi simplu stătatea şi îl țintuia cu privirea, iar după câteva clipe, pentru a alunga stânjeneala, Allport a început să-i relateze o observație pe care tocmai o făcuse în tramvai. Un băiețel se arăta foarte supărat de faptul că trebuie să stea pe un loc unde a stat înainte un bătrân murdar, iar Allport a făcut presupunerea că a preluat un astfel de comportament de la mama sa, o persoană îngrijită şi dominantă. Răspunsul lui Freud a fost total neaşteptat: „Acel băiețel erai tu?" (Feist, Feist, 2006). Această replică l-a făcut pe Allport să abandoneze psihanaliza pentru o perspectivă care nu presupune o analiză atât de adâncă.

„O trăsătură este o tendință dinamică a comportamentului, care rezultă din integrarea numeroaselor habitudini de adaptare şi care exprimă un mod caracteristic al individului de a reacționa la ceea ce-l înconjoară" (**Gordon Allport**, 1927, p.288).

Un an mai târziu, apărea articolul *Personality Traits: Their Classificiation and Measurement*, scris împreună cu fratele său, Floyd. În acest articol, cei doi propuneau o metodă pentru măsurarea trăsăturilor de personalitate (Allport, Allport, 1921). În 1927, Allport publica articolul *Concepts of Trait and Personality*, în care oferea mai multe **definiții ale trăsăturilor** printre care şi cea din caseta alăturată. Mai târziu, în 1931, în articolul *What is a Trait of Personality*, Allport făcea opt aserțiuni „îndrăznețe" despre o trăsătură (*apud* Allport, 1966):

1. Are mai mult decât o existență nominală.
2. Este mai generalizată decât o habitudine (obişnuință).
3. Este dinamică sau cel puțin determinativă pentru comportament.
4. Poate fi stabilită în mod empiric.
5. Este doar relativ independentă de alte trăsături.
6. Nu este sinonimă cu judecata morală sau socială.
7. Poate fi privită în cadrul personalității care o conține sau în cadrul distribuției sale la nivelul populației.
8. Acțiunile sau chiar habitudinile care sunt inconsistente cu o trăsătură nu reprezintă o dovadă că trăsătura nu există.

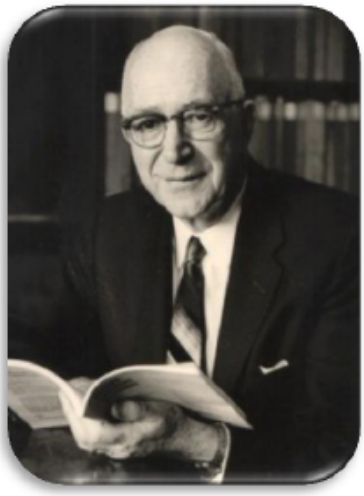


Figura 2.1. Gordon Willard Allport (1897-1967)

Însă cea mai importantă contribuție pe care a adus-o Allport psihologie personalității este cartea *Personality: A Psyhcological Interpretation* (1937). Unii consideră că „multe elemente ale psihologiei trăsăturilor din zilele noastre pot fi considerate note de subsol empirice la capitolele 9-12 din lucrarea lui Allport, în care a trasat sarcinile specialistului din domeniul psihologiei personalității şi a arătat problemele cu care se confruntă acesta" (Matthews *et al.*, 2005, p.35). În această carte, Allport prezintă pe larg „Doctrina tră-

săturilor", care începe cu afirmația că nimeni nu se poate îndoi de existența reală a acestor trăsături. De asemenea, ele primesc o nouă definiție, o trăsătură fiind „un sistem neuropsihic generalizat şi focalizat (specific individului) cu capacitatea de a prelucra şi interpreta o multitudine de stimuli, echivalenți din punct de vedere funcțional, şi de a iniția şi ghida forme consistente de comportament adaptativ şi expresiv" (1937, p.295). Această definiție sugerează două caracteristici ale trăsăturilor: *generalitatea* şi *permanența* (*omniprezența*). Astfel, trăsăturile oferă **unicitate** persoanei şi **consistență** comportamentului. **Conținutul** personalității este reprezentat de aceste trăsături care, după cum ne arată definiția, sunt de *natură neuropsihologică*, iar **procesualitatea** reprezintă *prelucrarea* şi *interpretarea* stimulilor, urmată de un răspuns comportamental specific.

Allport a prezentat şi o *organizare a trăsăturilor*. În această organizare trăsăturile cele mai generale ale unei persoane au fost numite de Allport **trăsături cardinale**. Acestea îşi pun amprenta la nivelul întregii vieți a unei persoane. De exemplu, am putea considera că o trăsătură cardinală a lui Che Guevara sau a lui Matahma Ghandi a fost curajul, iar a unor mari teoreticieni care au rezistat criticilor de-a lungul anilor – perseverența. La un nivel mai scăzut de generalitate, avem **trăsăturile centrale**. În sfârşit, la cel mai scăzut nivel de generalitate, avem **trăsăturile secundare**, care reprezintă mai degrabă nişte atitudini personale.

Un ultim aspect important al „doctrinei" lui Allport sunt diferențele conceptuale realizate de acesta:

- ✓ *atitudini vs. trăsături*: atitudinile sunt legate de nişte obiecte sau valori concrete, iar trăsăturile sunt dispoziții generalizate;
- ✓ *tipuri vs. trăsături:* tipurile reprezintă nişte abstracțiuni prezente doar în mintea observatorului sub forma unor prototipuri; despre un tip se poate spune că are o trăsătură şi că se încadrează într-o *tip*ologie;
- ✓ *habitudini vs.* trăsături: un raport similar celui de tip parte/întreg, deci, o trăsătură include un set de habitudini (vezi şi caseta de pe pagina precedentă).

Allport a rămas consecvent doctrinei sale şi după 29 de ani, când scria că deşi „au fost formulate la o vârstă a inocenței psihologice" (1966, p.1), principiile formulate în 1937 rămân pentru el încă valabile, iar „problema nu poate fi ignorată, nici prin evadare în pozitivism sau situaționism, nici prin efectele statistice interacționiste" (*ibidem*, p.8).

O problemă majoră a fost accea că trăsăturile, fiind preluate din limbajul comun, erau într-un număr foarte mare. Allport şi Odbert au identificat (1936) peste 17.000 de cuvinte care desemnează trăsături, pe care le-au redus ulterior la un număr de 4 504 „trăsături reale" (*cf* Crețu, 2005). Ce valoare explicativă şi predicti-

vă putea avea psihologia personalității în aceste condiții? Trebuiau constituite scale pentru cel puțin 4 504 trăsături!

Pentru a rezolva această problemă, **Raymond Cattell** a aplicat **analiza factorială**, care, în opinia autorului aduce două mari avantaje în cercetarea personalității: economia resurselor (se pot face descrieri, explicații şi predicții mai uşor dacă lucrăm cu mai puține elemente) şi descoperirea **trăsăturilor-sursă** (adevăratele cauze structurale ale personalității) (*cf* Crețu, 2005).

Cattell: analiza factorială; 16PF

Analiza factorială este o tehnică relativ simplă, realizată pe baza aplicării chestionarelor de personalitate. Un astfel de chestionar poate măsură mai multe trăsături, cum ar fi sociabilitatea, vioiociunea, excitabilitatea. Se poate ca aceste trăsături să reprezinte, de fapt, aceeaşi *trăsătură-sursă*. Prin analiza factorială, trăsăturile care obțin corelații foarte mari între ele sunt considerate redundante (se referă la acelaşi lucru) şi este păstrată cea mai generală dintre ele. Cu alte cuvinte, dacă voioşia şi sociabilitatea au o corelație destul de mare la nivelul unei populații, dar au corelații nesemnificative cu, să zicem, perfecționismul, atunci putem crede că sunt redundante, ambele indicând trăsătura-sursă extraversie (extraversia nu se afla printre trăsăturile-sursă ale lui Cattell, acesta fiind doar un exemplu pentru a înțelege cum se aplică analiza factorială). Aplicând analiza factorială la cele 4 504 de trăsături culese prin metoda lexicală (din dicționar) de către Allport şi Odbert, Cattell a obținut 171 (pe care le-a numit *trăsături de suprafață*), apoi între 42 şi 35 şi, în final, 15 *factori de personalitate*, la care a adăudat încă unul – abilitatea intelectuală (raționarea) (*cf* De Raad, 2009). Prin urmare, Cattell a propus **16 trăsături de personalitate**, pe care le-a numit factori (datorită aplicării analizei factoriale), iar instrumentul realizat de el pentru măsurarea acestor trăsături poartă numele de **16PF** (*personality factors*) (fig. 2.2.).

16PF

1. A Căldură
2. B Raționare
3. C Stabilitate emoțională
4. E Dominanță
5. F Vioiciune
6. G Conştiinciozitate
7. H Îndrăzneală socială
8. I Sensibilitate
9. L Vigilență
10. M Abstractizare
11. N Caracterul privat
12. O Aprehensiune
13. Q1 Deschidere pentru schimbare
14. Q2 Încredere în sine
15. Q3 Perfecționism
16. Q4 Tensiune

Figura 2.2. Cei 16 factori de personalitate ai lui Cattell.

Următorul şi poate cel mai important pas a fost realizat de către **Hans Eysenck**. Acesta a fost unul dintre titanii psihologiei, aducând contribuții majore studiului inteligenței, psihologiei politice, psihopatologiei, terapiei comportamentale şi, în primul rând, psihologiei personalității, oferind unul dintre cele mai timpurii şi mai simple modele ale structurii trăsăturilor, precum şi a bazelor neurofiziologice ale acestora, într-o perioadă în care nu se ştia prea mult despre fiziologia comportamentului, deoarece nu apăruseră încă aparate precum tomograful (Costa, McCrae, 2006).

Eysenck: cei trei gigantici

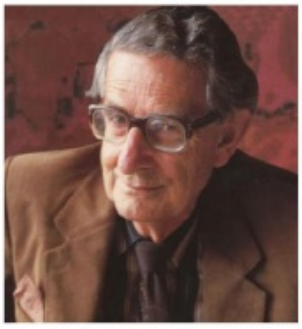


Figura 2.3. Hans Jürgen Eysenck (1916-1997)

Pasul cel mare a fost realizat de către Eysenck prin adoptarea unei strategii de cercetare *ipotetico-deductive*, în opoziție cu strategia *explorativă* folosită până atunci. Cu alte cuvinte, înainte de a aplica analiza factorială, Eysenck a avut o ipoteză. Dar unde a găsit sursele pentru o astfel de ipoteză? Eysenck a fost foarte atras de

„Pentru mulți, dacă nu pentru majoritatea psihologilor interesați de personalitate, a părut de parcă am încercat să readuc la viață un cadavru, o încercare echivalentă, probabil, cu încercarea de a reintroduce în fizică teoria flogisticului sau a eterului, sau un sistem planetar geocentric” (**Hans Eysenck**, despre teoria sa, în Strelau, Eysenck, 1987, p.4).

perspectivele clasice (de la Hipocrate la Wundt) asupra structurii personalității şi de tipologiile realizate de Jung, Kretschmer ş.a. Astfel, ipoteza sa a fost că, prin analiza factorială, trăsăturile de personalitate pot fi reduse la **extraversiune**, **nevrozism** şi, mai târziu, a adăugat şi **psihotism**. Aceşti factori revin la ideea *tipurilor* de personalitate, propusă de Jung (şi cu origini antice). Ei au fost uneori numiți **cei trei gigantici**, dar Eysenck îi numeşte cel mai des **dimensiuni ale personalității** (1947/1997; 1982). Numeroasele studii pe care le-a realizat au confirmat această ipoteză, ba mai mult, Eysenck a propus şi un mecanism neurofiziologic care stă la baza acestor dimensiuni (1967/2006) (cap.3).

Extraversiunea (E) arată în ce măsură este orientată o persoană către exterior, către lumea înconjurătoare sau către interior, către sine. La un pol avem extrovertul tipic, care preferă compania câtor mai multe persoane, munca în echipă, activitățile incitante etc., iar la celălalt pol avem introvertul tipic, care nu agreează foarte mult prezența altora, preferă să lucreze singur, să fie lăsat în pace etc. *Nevrozismul* (N) se referă la stabilitatea emoțională a individului. Evident, la un pol se află individul echilibrat emoțional, iar la celălalt, cel neechilibrat emoțional (nevroticul). *Psihotismul* (P) este o trăsătură care predispune persoana la psihoze, cum ar fi schizofrenia sau tulburarea bipolară. Ca trăsături, individul cu un nivel ridicat al factorului psihotism manifestă: agresivitate, egocentrism, impulsivitate, antisociabilitate, creativitate, răceală etc.

Eysenck a dus mai departe ierarhizarea trăsăturilor propusă de Allport, distingând **patru niveluri ierarhice**. Cele patru niveluri corespund (în ordinea creşterii nivelului de generalitate) răspunsurilor specifice, răspunsurilor habituale, trăsăturilor şi tipurilor sau factorilor (fig. 2.4.). *Răspunsurile specifice* sunt mai degrabă întâmplătoare, *specifice* situației în care se află individul, a căror

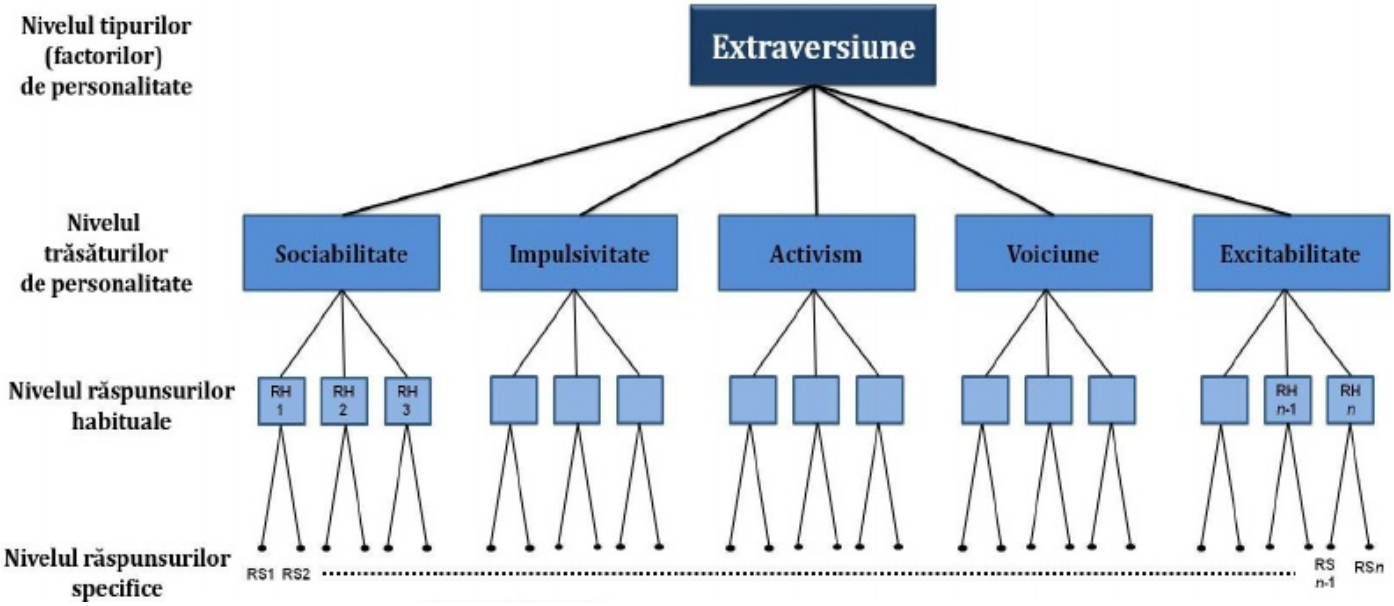


Figura 2.4. **Modelul ierarhic al personalității propus de Eysenck. *RH* = răspunsuri habituale, *RS* = răspunsuri specifice. Aceste răspunsuri sunt comportamente folosite pentru inferarea trăsăturilor. *Tipurile* sunt concepte supraordonate construite pe baza analizei factoriale a trăsăturilor subiacente (adaptat după Eysenck, 1997).**

probabilitate de reapariție este minimă. *Răspunsurile habituale* sunt acele comportamente care au dobândit o consistență situațională, adică există foarte mari şanse ca ele să se repete dacă se repetă şi situația în care au apărut prima dată. La următorul nivel ierarhic avem *trăsăturile de personalitate*, care sunt inferate pe baza unui set organizat de răspunsuri habituale. În sfârşit, la cel mai înalt (general) nivel, avem *tipurile* sau *factorii* de personalitate, care se determină prin aplicarea analizei factoriale la trăsăturile de personalitate (Eysenck, 1982; 1997). Astfel, un extravert va fi de regulă sociabil, voios, activ etc., în prezența sexului opus nu va fi timid (RH1) şi nici în fața profesorilor (RH2), iar dacă studiem istoria lui, putem vedea că a provocat o bătaie în liceu (RS1) şi că a lovit degeba un om neajutorat (RS2). Datorită faptului că aceste comportamente agresive nu s-au repetat, nu putem să considerăm că agresivitatea este o trăsătură de-a sa şi nici măcar un răspuns habitual, în schimb putem considera că sociabilitatea este o trăsătură de-a sa, întrucât mereu caută prezența altor persoane.

Modelul celor cinci factori

Realizând în continuare o analiză factorială asupra celor 16 PF, Costa şi McCrae au stabilit inițial trei dimensiuni ale personalității. Două dintre ele păreau extrem de similare cu E şi N ale lui Eysenck, motiv pentru care cercetătorii au adoptat aceste etichete, iar pe a treia au denumite Deschidere către experiență (O de la *Openness*). Astfel, ei au elaborat inventarul NEO-PI (*Neuroticism Extraversion Opennes-Personality Inventory*). Cu 15 ani înainte (1961), Tupes şi Christal, folosind proceduri asemănătoare, au propus **modelul celor cinci factori** (FFM- *five-factor model*), care a fost făcut popular mai târziu de către alți cercetători. Costa şi McCrae au observat că FFM conținea cei trei factori din propriul lor model NEO şi au considerat că NEO poate fi integrat în FFM, oferind astfel o perspectivă cu adevărat comprehensivă asupra dimensiunilor personalității (Costa, McCrae, 1992; 2002). Un volum considerabil de studii cross-culturale şi de-a lungul perioadelor de viață a arătat că, într-adevăr, „cei cinci mari" (*Big Five*) par să cuprindă mai bine ca orice alt model structura trăsăturilor personalității (Costa, McCrae, 1997; 2002; 2006). Ca şi modelul lui Eysenck, FFM este un model ierarhic, fiecare factor conținând trăsăturile sale subordonate. Pentru fiecare factor, Costa şi McCrae au identificat şase trăsături (fig. 2.5.). După cum era şi normal, pentru a putea măsura aceşi factori, instrumentul NEO-PI trebuia revizuit. Astfel a apărut NEO-PI-R, unul din cele mai folosite instrumente în ziua de astăzi.

Nevrozism (N)
N1: Anxietate
N2: Ostilitate mânioasă
N3: Depresie
N4: Conştiință de sine
N5: Vulnerabilitate

Extraversiune (E)
E1: Căldură
E2: Gregaritate (sociabilitate)
E3: Asertivitate
E4: Activitate
E5: Căutarea excitației
E6: Emoții pozitive

Deschidere (O)
O1: Fantezie
O2: Estetică
O3: Sentimente
O4: Acțiuni
O5: Idei
O6: Valori

Agreabilitate (A)
A1: Încredere
A2: Directivitate (îndrăzneală)
A3: Altruism
A4: Complianță
A5: Modestie
A6: Empatie

Conştiinciozitate (C)
C1: Competență
C2: Ordine
C3: Simțul datoriei
C4: Tendință de realizare
C5: Autodisciplină
C6: Deliberare

Figura 2.5. Modelul celor cinci factori şi trăsăturile constituente ale acestora. Acestea sunt măsurate de scalele instrumentului NEO-PI-R (după Costa şi McCrae, 2006).

În urma cercetărilor empirice realizate pe baza modelului FFM, Costa şi McCrae au propus o nouă teorie a personalității, de

asemenea bazată pe cei cinci factori (FFT). Nu vom discuta aici FFT (vezi Costa, McCrae, 2001; 2006).

Trăsături vs. stări efemere

Cum putem diferenția o trăsătură de o stare efemeră, trecătoare? Această întrebare şi-au pus-o în special cei care au studiat anxietatea şi alte răspunsuri negative. **Charles Spielberger** şi colaboratorii săi au diferențiat pentru prima dată starea anxietate de trăsătura anxietate. **Starea anxietate** este „caracterizată de sentimente de tensiune şi aprehensiune percepute conştient şi de o activitate crescută a sistemului nervos autonom", iar **trăsătura anxietate** se referă la „diferențele interindividuale relativ stabile în ceea ce priveşte predispoziția către anxietate" (*apud* Eysenck, 2000). Inventarul elaborat de către Spielberger şi colab., denumit STAI (*State-Trait Anxiety Inventory*), conținea două scale de autoevaluare, una pentru stare şi una pentru trăsătură. Cea pentru stare chestiona starea actuală a subiectului, iar cea pentru trăsătură, starea generală. Studiile empirice ulterioare realizate cu acest inventar au evidențiat o corelație pozitivă medie, ceea ce înseamnă că cei cu o trăsătură anxietate crescută sunt mai predispuşi la stări anxioase decât cei cu o trăsătură anxietate scăzută (Endler, Kocovski, 2001). Aceasta este totuşi o distincție *informală*, întrucât Spielberger şi colab. nu ne indică *formalitățile* folosite pentru această diferențiere.

Zece ani mai târziu (1976), **Marvin Zuckerman** a propus patru *criterii formale*, care au scopul de a ghida cercetătorii în elaborarea scalelor psihometrice. Aceste criterii sunt (*apud* Matthews *et al.*, 2003):

1. *Testele pentru trăsături şi stări ar trebui să aibă consistență internă (fidelitate) ridicată; testele pentru trăsături trebuie să demonstreze fidelitate test-retest, dar nu şi cele pentru stare, deoarece trăsăturile sunt relativ stabile de-a lungul timpului, pe când stările prezintă, evident, o fluctuație, fiind în mare parte determinate de situație.*
2. *Testele pentru trăsături nu ar trebui să coreleze decât într-o mică măsură cu testele pentru stări, dar testele valide pentru trăsături ar trebui să coreleze într-o măsură moderată cu media unui set de teste pentru stări; Zuckerman arată că trăsăturile s-ar putea să nu fie altceva decât media în timp a stărilor.*
3. *Un test pentru trăsături ar trebui să coreleze într-o mai mare măsură cu alte teste pentru trăsături decât cu testele pentru stări, acelaşi lucru fiind valabil şi pentru testele pentru stări; acest criteriu ne oferă siguranța că trăsătura şi starea sunt două lucruri diferite.*
4. *Măsurătorile pentru stări ar trebui să fie sensibile la condițiile imediate ce urmează să afecteze starea, dar acelaşi lucru nu este valabil şi pentru trăsături, întrucât acestea din urmă ar trebui să rămână relativ constante, indiferent de situație.*

În anii ce au urmat, cercetătorii au propus mai multe **modele trăsătură-stare**, care au scopul de a explica legăturile cauzale dintre cele două. Un principiu general al acestor modele este că *trăsăturile sunt mediate de stări*, adică un comportament va fi influențat in-

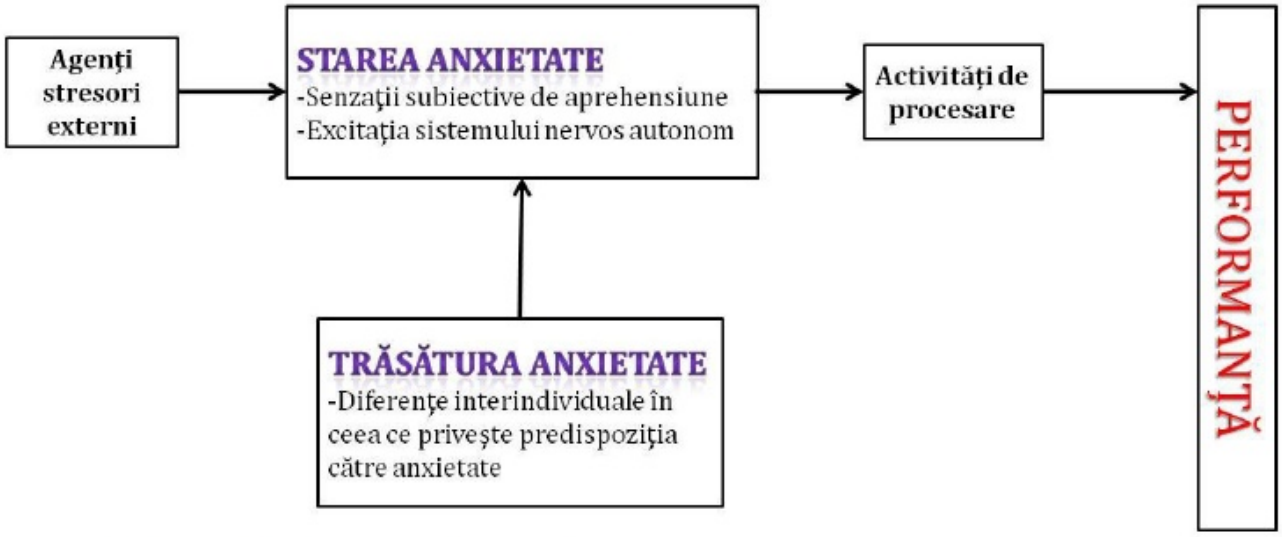


Figura 2.6. **Un model stare-trăsătură care explică efectele anxietăţii asupra procesării informaţiei şi performanţei (Eysenck, 1982, *apud* Matthews *et al*.,2003).**

direct de către trăsături şi direct de către stări, trăsăturile fiind, la rândul lor, mediate de către stări. În fig. 2.6., putem observa un astfel de model, care este o variantă simplificată a modelului propus de Spielberger (1966) şi considerat de către **Michael Eysenck** (1982) o explicaţie a efectelor anxietăţii asupra performanţei (*apud ibidem*). Conform acestui model, dacă am avea doi invidizi în aceeaşi situaţie, cu acelaşi nivel pentru trăsătura anxietate, dar cu diferite stări de anxietate, atunci performanţa fiecăruia va fi diferită. Dar realitatea este, totuşi, mult mai complicată. O teorie bună ar trebui să facă mai mult decât să descrie nişte observaţii empirice, ar trebui să ofere explicaţii pe baza unor mecanisme specifice. Eysenck şi Gray au elaborat câte un model neurocomportamental care încearcă să explice modul în care structurile cerebrale sunt responsabile atât pentru trăsături, cât şi pentru stări şi, implicit, pentru comportamentul unei persoane (vezi cap. următor).

Explicaţiile au venit şi din aria cognitivă. Modelul lui Spielberger (1966, *apud ibidem*) a fost printre primele. Conform acestui model, stările reprezintă modul în care o persoană evaluează o situaţie externă. Elementul central este, prin urmare, *evaluarea cognitivă* care este responsabilă atât pentru stare, cât şi pentru mecanismele de apărare împotriva posibilei ameninţări. În acest model, trăsătura reprezintă o tendinţa de a anticipa situaţiile ca fiind periculoase, posibil într-un mod exagerat. Explicaţiile cognitiviste şi cele neurofiziologice nu trebuie să fie neapărat antagoniste, ci complementare. Cercetarea modernă se bazează în principal pe modelul emoţiei propus de Lazarus (vezi Smith *et al.*, 2005, p. 562 şi în continuare).

Spre deosebire de Spielberger, Endler şi Kocovski disting mai multe dimensiuni ale trăsăturii şi ale stării anxietate (fig. 2.7.). Din acest punct de vedere, răspunsul comportamental cauzat de starea

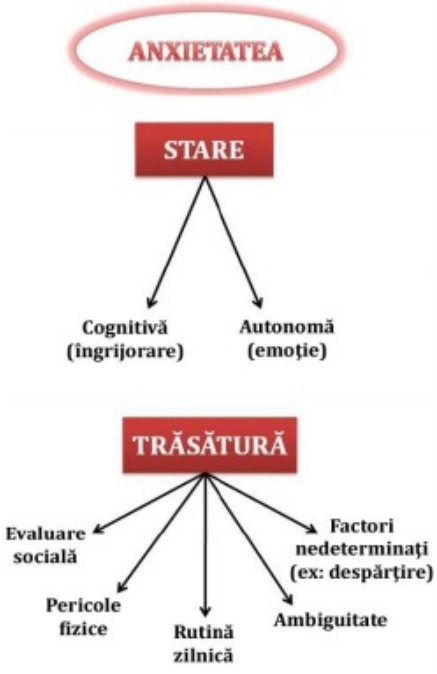


Figura 2.7. **Dimensiunile stării şi trăsăturii anxietate (adaptat după Endler, Kocovski, 2001).**

anxietate depinde de congruența (potrivirea) dintre trăsătura anxietate şi situația amenințătoare (Endler, Kocovski, 2001). Prin urmare, când observăm o persoană că este anxioasă trebuie să luăm în considerare o multitudine de factori şi nu trebuie să ne pripim în a o caracteriza ca fiind anxioasă în general (trăsătură), aceste principii fiind valabile şi pentru măsurătorile ştiințifice, psihometrice.

- O trăsătură reprezintă un pattern relativ stabil de răspunsuri comportamentale ale unei persoane; este influnețată atât de ereditate (structurile neurofiziologice), cât şi de mediu.
- Prin analiza factorială, o mulțime de trăsături pot fi reduse la 16 (Cattell), cinci (Costa şi McCrae) sau chiar 3 factori (Eysenck).
- Ierarhizarea trăsăturilor: trăsături cardinale, centrale şi secundare (Allport); răspunsuri specifice, răspunsuri habituale, trăsături, factori / dimensiuni (Eysenck).
- Modelul celor cinci factori (Nevrozism, Extraversiune, Deschidere către experiență, Agreabilitate, Conştiincioziate) este cel mai comprehensiv model al trăsăturilor, iar instrumentul NEO-PI-R este unul din cele mai folosite inventare de personalitate.
- Trăsătura trebuie diferențiată de starea efemeră; Zuckerman oferă patru criterii formale pentru a realiza această diferențiere în crearea chestionarelor, iar diverşi cercetători oferă modele explicative ale cauzalității dintre trăsătură şi stare; majoritatea acestor modele consideră că trăsătura este mediată de către stare.

1. Analizați-vă trăsăturile de personalitate după modelul ierarhic al lui Allport şi după cel al lui Eysenck. Pe care îl considerați mai potrivit?
2. Comentați următoarea replică: „Psihologia [trăsăturilor] riscă să devină o formă modernă, matematică, de mitologie" (Pavelcu, 1972, p.89).
3. Puteți să diferențiați o stare de o trăsătură? Puteți să găsiți şi legătura dintre ele (eventual pe baza unui model oferit de psihologi)?

NEUROPSIHOLOGIA TRĂSĂTURILOR

Se ştie că omul prost „n-are cap” şi că pe omul deştept „îl duce capul”. Aceste expresii, precum şi multe altele, ne arată că, la fel cum există o tendință generală a omului de a atribui nişte trăsături semenilor, există de asemenea şi o tendință de a găsi o relație cauzală între aceste trăsături şi interiorul cutiei craniene. În ultima vreme, probabil datorită „celebrității” neuroştiințelor, neuronul este pe buzele tuturor, el fiind principalul responsabil pentru inteligență, pentru voință, pentru succesul în viață, pentru avere şi multe altele. Într-adevăr, nu avem de ce să nu credem că neuronii sunt responsabili pentru toate comportamentele noastre, dar, ca specialişti, trebuie să nu uităm că neuronii nu fac ce „îi taie capul ”, ci sunt dependenți de stimulările din mediul extern sau intern. Un neuron funcționează după principiul „tot-sau-nimic” (echivalentul codului binar al calculatoarelor), ceea ce înseamnă că, în caz că va primi o cantitate suficientă de stimulare, se va descărca, adica va transmite impulsul mai departe, sub forma unei substanțe numite neurotransmițător, şi, cu puțin noroc, această stimulare va ajunge până la un muşchi şi va declanşa un comportament. Un grup de psihologi vor aştepta acest răspuns comportamental la ieşire şi îl vor măsura cu cele mai de preț instrumente pe care le au. Apoi vor corela aceste date cu cele obținute de un alt grup, de neurologi de data aceasta, realizând astfel ipoteze privind relația cauzală dintre sistemul nervos, cantitatea de neurotransmițători şi comportamentul observat. Până nu de mult, lipsa unor tehnici precum TEP (tomograful cu emisie de pozitroni) sau RMN (rezonanță magnetică nucleară) nu permitea cercetătorilor să observe direct ce zone se activează în creier când subiectul este sub influneța unui stimul şi când emite un răspuns. Astfel, Pavlov, Eysenck ş.a., despre care vom vorbi în continuare, descriau un **sistem nervos conceptual** (Hebb, 1955), nu sistemul nervos central (SNC). Datele obținute cu tehnicile moderne arată că unele *concepții* despre SNC erau destul de valide, adică cercetătorii au intuit corect ceea ce întâmplă în creier.

Prima încercare sistematică de a lega trăsăturile de personalitate de o bază fiziologică nu se referea, însă, în special la creier, ci la umorile corporale. Este vorba, desigur, de tipologia oferită de Galen,

În acest capitol

→ nivelul de excitație corticală
→ ~~teoria sensibilității~~ la întărire
→ alternativa celor cinci factori şi neurochimia personalității
→ asimetria funcțională a creierului şi stilurile afective

„ ...[sistemul nervos conceptual] este conceptual deoarece nu este bazat pe date reale despre sistemul nervos, ci pe date pur comportamentale; cu toate acestea, este tot un sistem nervos, pentru că, dacă este corect – adică dacă descrie corect cum este construit şi cum operează organismul real –, atunci acesta descrie construcția şi modul de operare al sistemului nervos real” (**Jeffrey Gray**, *apud* McNaughton, 2004, p.227).

pe baza umorilor descrise de Hipocrate. Pavlov a propus primul sistem nervos conceptual, care lega cele patru tipuri temperamentale de proprietăţile activităţii cortexului cerebral (forţa, mobilitatea şi echilibrul). De asemenea, pentru Allport trăsăturile reprezentau „un sistem neuropsihic" (cap. precedent). Astfel a început era ştiinţifică a analizei neurospihologice a trăsăturilor.

Dar avem destule motive pentru a căuta o legătură între creier şi trăsături? E de ajuns o credinţă veche de când lumea şi părerea unor neuropsihologi? Probabil că da. Dar, dacă nu ar fi de ajuns, mai există încă două direcţii care ne oferă motive: genetica comportamentului (cap. 5) şi tulburările de personalitate cauzate de leziuni ale structurilor nervoase. Dacă unele trăsături sunt moştenite, lucru aproape incontestabil în ziua de azi, atunci aceste „moşteniri" trebuie să fie legate în principal de sistemul nervos. În ceea ce priveşte cazurile de tulburare comportamentală (de personalitate), există în literatură cel puţin două cazuri celebre. Unul este al lui Phineas Gage (vezi Smith *et al.*, 2005, p.45), iar celălalt al lui Charles Whitman (caseta de mai jos).

„În noaptea de 31 iulie 1966, Charles Whitman (foto), un bărbat introvertit, în vârstă de 25 de ani, şi-a ucis nevasta şi mama. În dimineaţa următoare, s-a îndreptat către clădirea administraţiei Universităţii din Texas, unde a împuşcat recepţionerul, după care s-a baricadat în turnul clădirii. Folosind o puşcă cu lunetă, a început să tragă în fiecare om pe care-l vedea. În următoarele 90 de minute, Charles a ucis 14 oameni şi a rănit alţi 24. Valul de împuşcături a încetat doar atunci când el însuşi a fost împuşcat de poliţişti. Într-o notiţă pe care a scris-o înainte de comiterea crimelor, Charles a descris durerile cumplite de cap de care suferea de câteva luni, precum şi gândurile ciudate şi iraţionale, inclusiv impulsurile violente, care îl frământau. Autopsia, pe care el însuşi a cerut-o, a evidenţiat o tumoră pe lobii temporali" (**Diane Papalia** şi **Sally Olds**, 1985, p.325).

Astfel de comportamente ar fi fost atribuite, în circumstanţele potrivite, unor spirite malefice sau diavoli. Dar nu cred că cineva s-ar putea îndoi astăzi că acea tumoră era responsabilă pentru durerile de cap, pentru gândurile negre şi pentru crimele comise. Ne putem întreba, însă, cât de „supărat" era pe lume Charles, ce fel de relaţii avea cu nevasta, cu mama, cât de dragă îi era Universitatea ş.a., deci, dacă tumora este complet responsabilă, sau este şi mediul.

Nivelul de excitaţie corticală

În capitolul precedent, arătam că **Hans Eysenck** a realizat un model ierarhic al dimensiunilor personalităţii (fig. 2.4). Acest model era însă unul *descriptiv*, adică nu *explica* ce stă la baza tipului extravertit/introvertit (E), nevrotic/stabil emoţional (N) sau psihotic (P). Eysenck nu a fost un cercetător de rând, motiv pentru care ştia că modelul său are nevoie de o explicaţie şi ştia că această explicaţie trebuie să ţină cont atât de zestrea genetică, cât şi de mediu. Astfel, după 20 de ani de cercetări asupra dimensiunilor personalităţii,

Eysenck propune un sistem nervos conceptual care ar sta la baza N, E şi P (Eysenck, 1967/2006). Acest sistem dispune de aceeaşi coerență de care dispunea şi sistemul celor 3 dimensiuni (Eysenck, 1947/ 1997). Întreaga teorie a dimensiunilor poate fi înțeleasă dacă cititorul are un bagaj nu foarte extins de cunoştințe în psihologie şi anatomia sistemului nervos central.

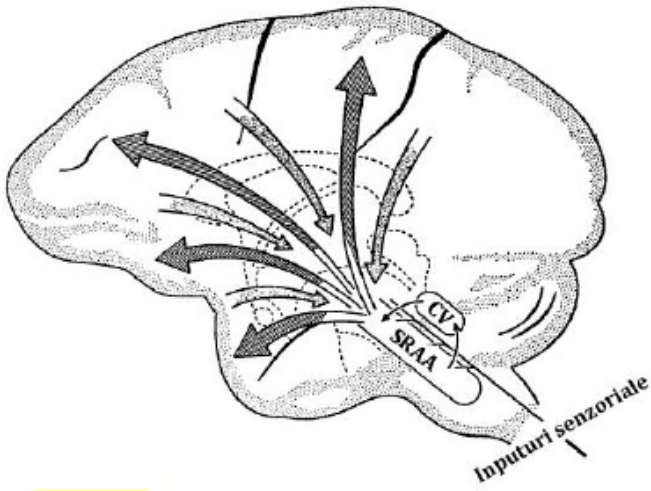


Figura 3.1. Sistemul nervos conceptual propus de H.J. Eysenck (1967). *SRAA* = substanţa reticulată activatoare ascendentă; *CV* = creierul visceral (sistemul limbic). Sistemul nervos conceptual conține o buclă cortico-reticulară (legăturile bidirecționale dintre SRAA şi scoarța cerebrală) şi una viscero-corticală (legăturile dintre creierul visceral, SRAA şi cortex) (după Eysenck, 1977).

Sistemul nervos conceptual al lui Eysenck conține două mari sisteme neurofiziologice (fig. 3.1.). Primul sistem este o **buclă cortico-reticulară**. Impulsurile nervoase primite de la analizatori (senzațiile) traversează, în drumul lor către ariile specifice ale cortexului cerebral, substanța reticulată activatoare ascendentă (SRAA), care are rolul de a excita puternic (trezi) aceste zone. În funcție de natura stimulului care a acționat asupra analizatorului, cortexul trimite un feedback către SRAA, permițând în continuarea transmiterea excitației (***arousal***) sau inhibând-o. Trebuie să specificăm că în această buclă este implicat şi *talamusul*. Prin urmare, această buclă cortico-reticulară este implicată în procesarea informației, iar activitatea ei este asociată cu o creştere sau scăderea nivelului de excitație corticală (**LOA** – *level of arousal*). Din punctul de vedere al lui Eysenck, LOA este responsabil pentru diferențele interpersonale în ceea ce priveşte nivelul de E. Se presupune că LOA este uşor mai ridicat la introvertiți, făcându-i pe aceştia să evite o cantitare mare de stimulare din mediu, deoarece le-ar creşte probabil foarte mult LOA. Extravertiții, dimpotrivă, caută stimulări abundente din mediu pentru a-şi creşte LOA, pe care îl au scăzut în mod natural.

A două buclă a sistemului nervos conceptual al lui Eysenck conține „*creierul visceral*" (*sistemul limbic*) şi legăturile acestuia cu cortexul cerebral şi cu SRAA. Sistemul limbic conține structuri precum hipocampul, amigdala, hipotalamusul ş.a, şi trimite impulsuri către SRAA, care vor avea de asemenea efect excitator asupra cortexului, într-o manieră foarte similară impulsurilor primite pe cale senzorială. Datorită legăturilor sale cu sistemul nervos autonom, prin sistemul limbic, această **buclă viscero-corticală** este, implicată în reacțiile emoționale şi explică diferențele interindividuale în ceea ce priveşte dimensiunea N. La persoanele cu un nivel mai ridicat al N, există probabil o excitabilitate crescută a buclei viscero-corticale.

„Faptul că excitația corticală este provocată de ambele tipuri de buclă nu înseamnă că aceste bucle sunt identice şi este cu siguranță periculos să afirmăm (...) că indicii excitației corticale pot fi folosiți ca măsurători pentru implicarea emoțională. Este adevărat că excitația emoțională poate fi măsurată în termeni de excitație corticală, dar această propoziție nu poate fi inversată; excitația corticală poate avea loc chiar şi în absența vreunei urme de excitație autonomo-emoțională" (**Hans Eysenck**, 2006, p.232).

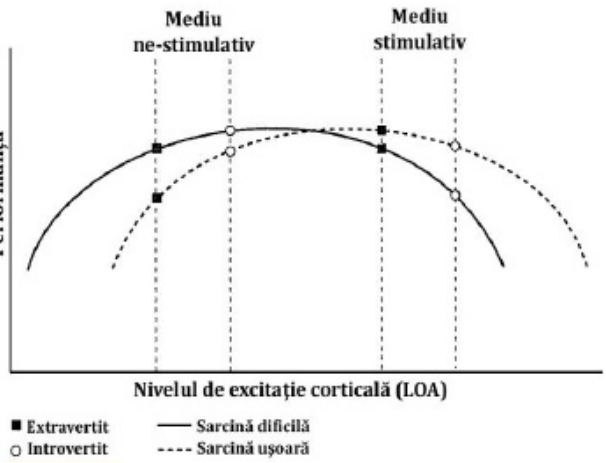


Figura 3.2. Dependenţa nivelului de performanţă de LOA, de condiţii (mediu) şi de dificultatea sarcinii. În această figură se poate observa că nivelul optim rmează curba Yerkes-Dodson (adaptat după Matthews *et al.*, 2003).

Este mai greu de conceput o bază fiziologică a P, dar cercetările lui Eysenck, ale colaboratorilor săi şi ale altor cercetători din domeniu au arătat că şi dimensiunea P poate fi corelată cu LOA, poate chiar mai bine decât E (Zuckerman, 1991; 2003), şi cu un nivel crescut de dopamină (DA) (Colzato *et al.*, 2009).

Dat fiind faptul că LOA diferă de la o persoană la alta, ne vom aştepta ca **performanţele** subiecţilor într-o multitudine de sarcini să difere semnificativ între extravertiţi şi introvertiţi. Însă nu putem spune că este preferabil *în general* un tip sau altul, ci doar în anumite situaţii *specifice*. Deci, performanţa depinde atât de LOA, cât şi de mediu (Revelle *et al.*, 1987). Dar în ce fel de mediu va fi mai performant un subiect extravert şi în ce fel de mediu, unul introvertit? După ce Eysenck a propus sistemul său nervos conceptual, o gamă largă de studii au fost realizate pentru a determina care situaţii favorizează fiecare tip de personalitate. Aceste studii folosesc diverse instrumente psihometrice pentru a determina nivelul de extraversiune al persoanei, după care persoane cu un LOA diferit sunt puse să realizeze aceeaşi sarcină, măsurându-se (de regulă, cantitativ) performanţele (pentru treceri în revistă, vezi, de exemplu, Revelle *et al.*, 1987, Matthews *et al.*, 2003, cap. 12). În general, „extravertiţii îi depăşesc pe introvertiţi în condiţii stimulante sau stresante, însă introvertiţii funcţionează mai bine în condiţii dezexcitante, cum ar fi privarea de somn" (Matthews *et al.*, 2003, p.337).

Un LOA prea mare sau prea mic va dăuna performanţei, de aceea, este nevoie de un **nivel optim**, după legea Yerkes-Dodson. Mai mult, LOA optim este invers proporţional cu dificultatea sarcinii. Îndeplinirea sarcinilor uşoare este optimă atunci când LOA este relativ mare, în timp ce un LOA relativ scăzut este favorabil în sarcinile grele (*ibidem*; fig. 3.2.). De exemplu, avem nevoie de linişte când învăţăm pentru un examen, dar o muzică de fundal poate fi benefică atunci când, să zicem, transcriem un curs.

Teoria sensibilităţii la întărire

Un alt sistem nervos conceptual important a fost propus de către **Jeffrey Gray**. Ca şi Eysenck, Gray consideră că diferenţele interindividuale se datorează structurilor cerebrale. El elaborează **teoria sensibilităţii la întărire** (*reinforcement sensitivity theory* – **RST**), care explică dimensiunile fundamentale ale personalităţii în termenii diferenţelor interinviduale în ceea ce priveşte sensibilitatea (reactivitatea) *sistemelor neuro-comportamentale* care reacţionează la stimulii întăritori (recompensatori) sau aversivi (Pickering, Gray, 2001a; 2001b; Pickering, Corr, 2008).

Gray consideră că dimensiunile fundamentale ale personalității nu sunt E şi N, ci anxietatea (**Anx**) şi impulsivitatea (**Imp**). Aceste dimensiuni (factori) se obțin printr-o rotirea lui E şi N la 30º în spațiul factorial (fig. 3.4.A). Anx este dat de un nivel înalt al lui N, combinat cu un nivel scăzut de E. Prin urmare, anxietatea este specifică unui introvertit nevrotic. Imp este un nivel înalt al lui E, combinat cu un anumit grad de nevrozism, ceea ce înseamnă că un extravertit nevrotic va fi, probabil, impulsiv. În fig. 3.4. nu există P, dar Gray consideră că aceasta este legată de funcționarea sistemul luptă/fugă, despre care vom vorbim mai jos (Pickering, Gray, 2001a).

Figura 3.3. Jeffrey Alan Gray (1934-2004)

La baza dimensiunilor Imp şi Anx stau două mari sisteme cerebrale implicate în întărirea sau stingerea comportamentului*: **sistemul de activare comportamentală** (*behavioral activating system* – **BAS**) şi **sistemul de inhibiție comportamentală** (*behavioral inhibiting system* – **BIS**) (fig.3.4.B). *BAS* este un sistem care reacționează la stimulii asociați cu o recompensă. Când BAS al unei persoane este activat de aceşti stimuli, vor apărea consecințe *motivaționale*. LOA al persoanei creşte, energizând orice comportament de apropiere către stimul. Acest sistem corespunde dimensiunii Imp. Astfel, spre deosebire de Eysenck, Gray consideră că persoanele cu un comportament impulsiv (nevroticii extravertiți) nu au LOA scăzut, ci o sensibilitate crescută a sistemului BAS (reacționează imediat la stimulii recompensatori). BAS are la bază diferite structuri cerebrale care folosesc DA, cum ar fi corpul striat dorsal şi ventral (Pickering, Gray, 2001b).

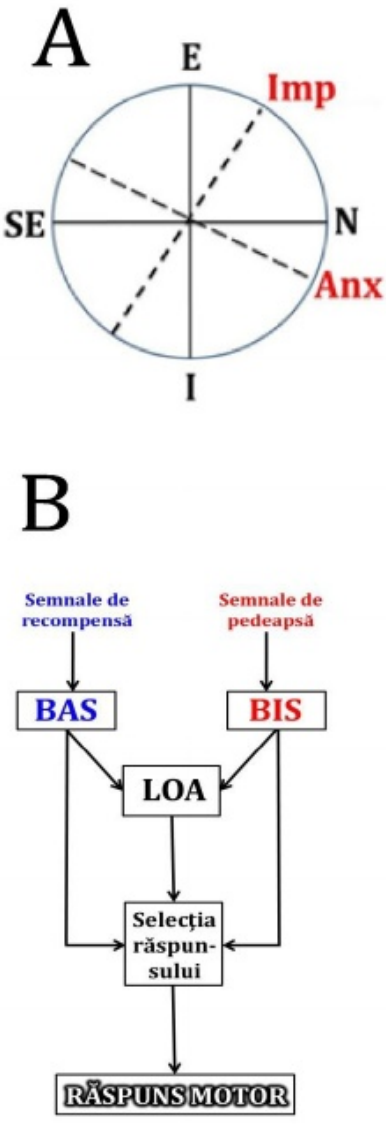


Figura 3.4. **(A) Dimensiunile propuse de Gray, în comparaţie cu dimensiunile propuse de Eysenck (*I* = introversie, *SE* = stabilitate emoţională; (B) Diagrama funcţionării sistemelor BIS şi BAS. (simplificat după Pickering, Gray, 2001a).**

BIS este alcătuit din diverse componente ale sistemului limbic, cum ar fi hipocampul, amigdala şi septul, dar şi din lobii frontali. La apariția unor anumiți stimuli aversivi (amenințători), acest sistem are rolul de a inhiba comportamentul curent al organismului şi de a reorienta atenția către stimulii aversivi. BIS provoacă *doar o inhibiție a comportamentului curent*, la nivel cerebral stimulând LOA şi, de asemenea, un nou comportament. Este asociat cu dimensiunea Anx a personalității. Prin urmare, spre deosebire de Eysenck, Gray consideră că persoanele anxioase (introvertiții nevrotici) nu au LOA neapărat mai ridicat decât impulsivii (nevroticii extraverți), ci o sensibilitate mai ridicată a sistemului BIS, care îi face mai precauți, mai atenți la amenințări (Pickering, Gray, 2001a).

Un al treilea sistem neurocomportamental propus de Gray, **sistemul luptă/fugă** (*fight/flight*), reacționează la stimulii periculoşi din mediu şi controlează reacțiile de frică şi panică. În fața unui pericol, un organism poate *lupta*, dacă se simte destul de puternic, iar în caz contrar, va *fugi* (adesea se vorbeşte şi despre *înghețare*,

*Pentru principiile întăririi şi stingerii comportamentului, vezi cap. 7.

când nici o variantă nu pare optimă pentru evitarea stimulului periculos). Acest sistem este legat de dimensiunea P a lui Eysenck, persoanele cu un nivel înalt al P având, de regulă, un control emoțional scăzut sau chiar inexistent. Substratul neurofiziologic al acestui sistem include structuri ale sistemului limbic, precum amigdala şi hipotalamusul, şi substanța cenuşie centrală a mezencefalului (*ibidem*).

Alternativa celor cinci factori şi neurochimia personalității

Atât teoria lui Eysenck, cât şi teoria lui Gray, prezintă o perspectivă *localizaționistă* (sau *izomorfică*), aceştia considerând că există o localizare cerebrală precisă pentru fiecare dimensiune a personalității. **Marvin Zuckerman** are o părere diferită. El arată că una şi aceeaşi trăsătură de personalitate poate fi legată de mai multe zone (sisteme) cerebrale, la fel de bine precum o singură zonă cerebrală poate determina mai multe trăsături de personalitate. De aceea, Zuckerman s-a concentrat mai degrabă asupra neurotransmițătorilor şi hormonilor în studiul trăsăturilor (Zuckerman, 1991; 2003; 2008). Ideea de LOA (nivelul de excitație) este preluată în continuare, dar Zuckerman consideră că „excitația generală ar putea fi un construct prea larg pentru a fi asociat cu personalitatea. Excitația este dependentă de variațiile diurne şi de nivelul general de stimulare. Excitația ca trăsătură ar reprezenta o stare a sistemului nervos la un anumit moment şi în cadrul unui set de condiții de mediu. În schimb, **excitabilitatea** reprezintă reacția imediată *tipică* a unei părți a sistemului nervos la un stimul cu anumite caracteristici specifice" (Zuckerman, 2003, p.89).

În 1991, Zuckerman oferea o **alternativă la modelul celor cinci factori** (vezi capitolul precedent), care conținea următorii factori: sociabilitate, nevrozism-anxietate, căutare impulsivă de senzații, agresivitate-ostilitate şi activitate (cu sensul de energie) (Zuckerman, 1991). Între timp, alternativa a rămas cu patru („super") factori, şi anume: **extraversiune (E)**, **nevrozism (N)**, psihotism (P; impulsivitate sau **căutare de senzații**) şi **agresivitate** (Zuckerman, 2003). Aceste patru dimensiuni (factori/supertrăsături) au fost analizate de către Zuckerman la patru niveluri de analiză: excitabilitate (autonomă sau cerebrală), cantitatea de monoamine (DA, norepinefrină şi serotonină), cantitatea monoaminoxidazei şi cantitatea de hormoni. Am văzut puțin mai sus ce reprezintă excitabilitatea. În continuare, vom vedea care sunt motivele pentru care au fost alese celelalte niveluri de analiză şi ce legături au cu trăsăturile de personalitate (în principal, după *ibidem* şi Lijffijt *et al.*, 2008).

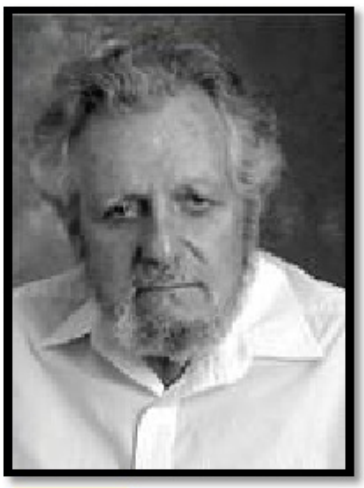


Figura 3.5. Marvin Zuckerman (n. 1928)

Monoaminele (MA) au constituit elementul central de studiu al lui Zuckerman, acesta concentrându-se în special asupra lor datorită numeroaselor dovezi ale implicării lor în sistemele emoționale şi cognitive ale omului şi altor specii. Principalele monoamine din creier sunt DA, norepinefrina (numite şi catecolamine, datorită asemă-

nării lor compoziționale) şi serotonina (5-HT). Sistemele monoaminergice nu sunt independente unele de altele, activitatea unuia din ele influențând activitatea celorlalte. De exemplu, 5-HT poate avea efecte antagonice asupra catecolaminelor (le inhibă acțiunea). Mulți cercetători fac greşeala de a asocia un singur neurotransmițător cu o anumită trăsătură, Zuckerman fiind de părere că această greşeală se aseamănă cu „o nouă formă de frenologie, bazată pe biochimie, nu pe umflăturile cutiei craniene" (2003, p.91). Pentru a înțelege corect bazele neurochimice ale unei trăsături, trebuie să luăm în considerare activitatea tuturor monoaminelor (şi nu numai a lor), precum şi interacțiunea ce are loc între acestea.

După cum am văzut mai devreme, Eysenck şi Gray legau **DA** de P şi, respectiv, BAS. Zuckerman (1991) a propus un sistem dopaminergic mezolimbic care ar fi responsabil pentru mai multe trăsături, precum E, căutarea de senzații (*sensation seeking* – **SS**) şi impulsivitatea. Pacienții cu boala Parkinson, care au o deficiență de 75% a DA din creier, sunt evident mai puțin căutători de noutăți (o trăsătură a dimensiunii SS). La şobolani, o creştere a nivelului de DA corelează pozitiv cu creşterea agresivității, dar pentru o scădere a agresivității este necesară o scădere foarte mare a DA. Legătura dintre **norepinefrină** şi **5-HT** şi E este incertă. În schimb, multe studii au arătat că norepinefrina (secretată din *locus coeruleus*) este principalul neurotransmițător responsabil pentru N (sau, altfel spus, Anx). De asemenea, niveluri ridicate ale 5-HT par să fie implicate în inhibiția comportamentală specifică anxietății. Se pare că SS şi agresivitatea sunt corelate cu un nivel scăzut al 5-HT.

Monoaminoxidazele (MAO) sunt nişte enzime care, fără a intra în detaliile biochimice, putem spune că *distrug* monoaminele. Datele privind relația dintre MAO şi comportament provin în principal din cercetările clinice. Inhibitorii de MAO au fost introduşi ca antidepresivi încă din 1957, prin urmare, un nivel ridicat de MAO corelează cu depresia (Sadock, Sadock, 2007). Spre deosebire de alte variabile biochimice, MAO nu sunt foarte influențate de modificările excitației, motiv pentru care Zuckerman consideră că au toate caracteristicile unei trăsături de personalitate (2003).

Este clar că acțiunea MAO asupra DA va lăsa urme comportamentale, astfel un nivel ridicat al MAO (= nivel scăzut de DA) a fost asociat cu izolarea socială, iar un nivel scăzut al MAO, cu sociabilitatea, ambele fiind indici ale **E**. Corelații negative au fost găsite şi între MAO şi SS. Nivelurile scăzute ale MAO sunt corelate pozitiv cu comportamentele antisociale şi impulsive, iar la persoanele normale, cu angajarea în activități cu risc crescut, cum ar fi consumul de droguri sau bătăile de cartier. Prin urmare, există o corelație negativă

EXTRAVERSIUNE
+ DA
(?) Norepinefrină, 5-HT
– MAO
+ T
– C

NEVROZISM
– DA
+ Norepinefrină, 5-HT
+ MAO
– T
+ C

CĂUTARE DE SENZAȚII
+ DA
– Norepinefrină, 5-HT
– MAO
+ T
– C

AGRESIVITATE
+ DA
– Norepinefrină, 5-HT
– MAO
+ T
– C

Figura 3.6. Cei patru factori de personalitate ai lui Zuckerman şi legăturile lor cu substanțele biochimice. *DA* = dopamnină, *5-HT* = serotonină, *MAO* = monoaminoxidază, *T* = testosteron, *C* = cortisol. Semnul „+" indică o corelație pozitivă (dacă creşte cantitatea de substanță, creşte şi nivelul trăsăturii de personalitate), semnul „–" indică o corelație negativă (scade cantitatea de substanță, creşte nivelul trăsăturii), iar (?) reprezintă o legătură incertă.

„Căutarea de senzații este atât o trăsătură de personalitate, cât și un motiv. Elementul comun este un apetit pentru senzații și experiențe care sunt incitante, fie prin noutate, fie prin intensitate. Astfel, ea motivează căutarea pentru schimbare și o stare aversivă pentru plictiseală, atunci când senzațiile și experiențele sunt prea constante sau familiare. Căutătorul de senzații este un explorator, fie în spațiul exterior, fie în cel interior” (**Marvin Zuckerman**, 2008, p.391).

și între MAO și agresivitate. Este normal, din moment ce DA corelează pozitiv cu P (SS/impulsivitate/agresivitate) și E (*ibidem*).

Testosteronul (T) este principalul hormon care corelează cu trăsăturile de personalitate. (Un hormon este, practic, un neurotransmițător care acționează la distanță mare.) Acest hormon se găsește atât la bărbați, cât și la femei, dar la bărbați este de 8-10 ori mai mult. De aceea, se consideră că T este una din cele mai „vinovate” substanțe biochimice pentru diferențele dintre femei și bărbați.

În general, T a fost corelat pozitiv cu **E**, cu SS, P și cu Imp, și negativ cu N (Anx). Chiar și omul de rând găsește o relație între T și „bărbăție” (E/SS/P/Imp). La masculii tineri, nivelul de T crește o dată cu numărul partenerelor sexuale, prin urmare, cei care au mai multe partenere, vor fi, probabil, și mai extravertiți, căutători de senzații etc. Competiția sexuală dintre masculi este o formă a agresivității influențată de către T, iar castrarea provoacă o creștere a N (Anx).

Cortizolul (C), denumit și „hormonul stresului” este corelat pozitiv cu N și este abundent în tulburarea depresivă majoră. Dacă un nivel crescut de C este asociat cu N, atunci este normal ca un nivel scăzut să fie asociat cu un SS și Imp. Ca și T, C variază semnificativ în funcție de experiențele pe termen scurt și pe termen lung, precum pierderile și câștigurile în bătăi (Lijffijt *et al.*, 2008).

Această scurtă trecere în revistă prezintă un tablou relativ simplu al legăturii dintre substanțele neurochimice și trăsăturile de personalitate. Realitatea este însă mult mai complexă. Pentru treceri în revistă mai cuprinzătoare, cititorul va consulta sursa din 2003 a lui Zuckerman sau Lijjfijt *et al.* (2008). În orice caz, chiar și această scurtă trecere în revistă este dificil de învățat pentru un examen, de aceea, sperăm ca sinteza din fig. 3.6. să fie de folos în acest sens.

Asimetria funcțională a creierului și stilurile afective

Se pare că în cutia noastră craniană nu se ascunde un singur creier, ci două! Cele două emisfere cerebrale, deși dispun de legături între ele, au funcții specifice și pot lucra independent una de cealaltă. Acest fenomen, denumit **asimetrie funcțională**, a început să devină cunoscut în sec. XIX, când Pierre Broca (1824-1880) a descoperit, în urma autopsiei, că pacienții săi muți (= cu afazie motorie) prezentau leziuni ale unei zone a lobului frontal *stâng*, dar *nu* și a celui drept. Ceva mai târziu, în 1881, Jules Luys (1828–1897) publica un articol în care avansa ideea că emisfera dreaptă (ED) conține un „centru emoțional”, complementar celui intelectual din emisfera stângă (ES). El a observat că pacienții cu hemiplegie (paralizie a unei jumătăți a corpului) dreaptă erau mai apatici, mai tăcuți, mai liniștiți, iar cei cu hemiplegie stângă se comportau într-o manieră radical opusă. Luys considera că aceste diferențe de personalitate se datorau lezării unor centri inhibitori ai emoțiilor

din ED (Harrington, 1996). Această presupunere era îndreptățită, întrucât hemiplagia stângă era cauzată de lezarea ED (după cum bine ştim, *o emisferă controlează jumătatea opusă a corpului*). Atunci de ce nu şi tulburările emoționale?

Am menționat că cele două emisfere sunt legate între ele, permițându-ne astfel să funcționăm în modul care ne este familiar tuturor. Dar dacă legăturile dintre emisfere ar fi întrerupte? Sperry, Gazzaniga şi colaboratorii lor au descoperit că secționarea corpului calos (legătura dintre emisfere) va avea repercursiuni în special în plan cognitiv. Un pacient, al cărui corp calos a fost secționat, funcționa normal înainte de operație, adică putea să numească obiecte atât din câmpul vizual stâng, cât şi din câmpul vizual drept. După secționare, pacientul nu mai putea spune cum se numeşte un obiect care era prezentat doar în câmpul vizual stâng (care corespunde ED) sau care îi era pus în palma stângă (un obiect obişnuit, cum ar fi o lingură). În schimb, dacă i se cerea să ofere un răspuns non-verbal (să atingă lingura din câmpul vizual stâng), pacientul reuşea. Prin urmare, este clar că limbajul verbal îşi are sediul în ES. Aceste tipuri de experimente reprezintă dovezi puternice că Broca şi Luys aveau dreptate: ES e „intelectuală", iar ED e „emoțională", şi niciuna din ele nu poate fi altfel. Gazzaniga a numit ES „Interpretatorul", datorită faptului că, chiar şi în absența informațiilor provenite din partea dreaptă a corpului, ea poate face „presupuneri" în legătură cu ce se întâmplă acolo. De regulă, totuşi, nu prea le nimereşte, pacientul mai degrabă confabulând (Baynes, Gazzaniga, 2000).

„O pacientă, A.W., cu o leziune a porțiunii centrale a corpului calos, nu avea nici o paralizie sau pierdere a sensibilității, dar nu putea conduce mașina, deoarece mâna ei dreaptă apuca şi trăgea volanul în partea opusă celei în care trăgea mâna stângă. Pacienta se plângea că, la supermarket, mâna ei stângă trage înapoi banii pe care tocmai i-a plătit casieriței cu mâna dreaptă. Această pacientă este conştientă şi stresată de funcționarea independentă a mâinii sale stângi" (**Kathleen Baynes** şi **Michael Gazzaniga**, 2000, p.1358).

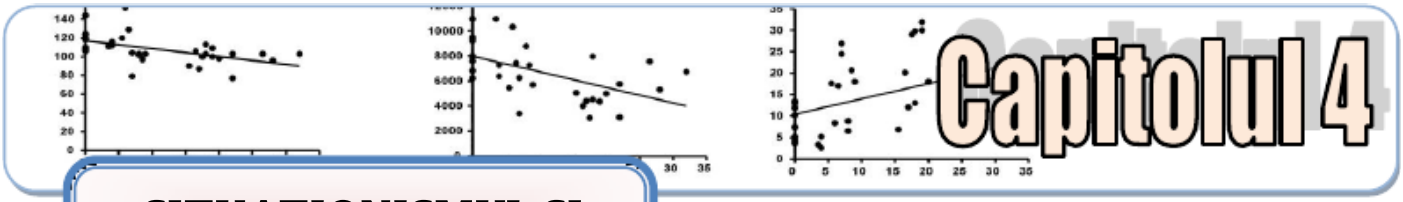
Richard Davidson şi o serie de colaboratori au propus **teoria stilurilor afective**. Conform acestei teorii, persoanele au răspunsuri emoționale diferite datorită *asimetriei funcționale* a emisferelor cerebrale, în special a *cortexului prefrontal* (din lobul frontal). Măsurătorile activității electrice (EEG) ale cortexului prefrontal în cele două emisfere au fost corelate cu rezultatele obținute la anumite chestionare de personalitate. Corelațiile au arătat că subiecții cu o activitate electrică mai crescută în ED prezintă, de regulă, emoții negative, iar cei cu o activitate electrică mai crescută în ES prezintă, de regulă, emoții pozitive (Davidson, 2003).

Davidson şi Sutton (1997) au testat legătura dintre teoria stilurilor afective şi RST a lui Gray. Ei au aplicat subiecților nişte scale menite să opereționalizeze conceptele de BIS şi BAS, după care le-au măsurat activitatea electrică a cortexului prefrontal. Rezultatele au arătat foarte clar că subiecții cu o activitate mai ridicată în ES prezintă un scor mai mare pentru BAS, iar subiecții cu o activitate mai ridicată în ED prezintă un scor mai mare pentru BIS. Prin urmare, (probabil) BAS corespunde ED, iar BIS corespunde ES. Din nou, aceste dovezi arată că ED este „emoțională", provocând reacții

cum ar fi anxietatea şi frica. Dar BAS nu are legătură neapărat cu raționalitatea presupusă a ES, fiind asociat cu trăsătura impulsivității. În orice caz, important de reținut este că teoria stilurilor afective ne arată că modul general de a reacționa afectiv la stimulii din mediu se datorează (printre altele) asimetriei funcționale şi că BAS şi BIS corespund probabil ED, respectiv, ES.

- Un sistem nervos conceptual reprezintă o concepție despre legătura dintre funcționarea sistemului nervos central şi comportament (trăsături).
- Sistemul nervos conceptual al lui Eysenck pune accentul pe nivelul de excitație corticală (LOA); conform acestui model, extravertiții au un un LOA scăzut, iar introvertiții – crescut; fiecare caută să-şi mențină un nivel optim al LOA; dimensiunea E corespunde unei bucle cortico-reticulare, iar dimensiunea P unei bucle viscero-corticale; P este asociat cu nivelul de dopamnină (DA).
- Sistemul nervos conceptual al lui Gray are la bază sistemele BAS, BIS şi luptă/fugă; BAS corespunde dimensiunii Imp, BIS corespunde dimensiunii Anx, iar luptă/fugă corespunde P; Imp şi Anx sunt considerate dimensiunile fundamentale ale personalității, obținute prin rotație la 30º, în plan factorial, a dimensiunilor E şi N ale lui Eysenck.
- Zuckerman propune o alternativă la modelul celor cinci factori, care conține: extraversiune, nevrozism, căutare de senzații şi agresivitate; el consideră că o trăsătură de personalitate poate corespunde mai multor zone cerebrale, la fel precum o singură zonă cerebrală poate corespunde mai multor trăsături, motiv pentru care cercetarea sa se concentrează în principal asupra neurotransmițătorilor şi hormonilor (neurochimia trăsăturilor).
- Asimetria funcțională a emisferelor cerebrale se referă la faptul că fiecare emisferă are funcții specifice şi poate lucra independent de cealaltă; este general acceptat că emisfera stângă (ES) este preponderent intelectuală, iar emisfera dreaptă (ED), preponderent emoțională; teoria stilurilor afective arată că existe diferențe de reactivitate emoțională în funcție de nivelul de activitate electrică a cortexului frontal a fiecărei emisfere; BAS corespunde ES, iar BIS corespunde ED.

1. Ce LOA ar trebui să aibă un student care se plictiseşte adesea la cursuri? Dacă are emoții la un examen, i se activează BAS, BIS sau luptă/fugă?
2. În ce situații credeți că SS are efecte benefice şi în ce situații nu credeți că are efecte benefice?
3. Care emisferă a dumneavoastră credeți că este mai activată?



Capitolul 4

SITUAŢIONISMUL ŞI INTERACŢIONISMUL

În acest capitol

- → consistența comportamentului
- → ~~paradoxul consistenței~~
- → interacționismul
- → modelul condiţional-dispoziţional

Fie că recunoaştem sau nu, majoritatea dintre noi atribuim succesele propriei persoane, iar eşecurile, circumstanței. Adesea vom auzi cum cutare sau cutare a avut voința de a trece peste toate greutățile vieții, dar uneori a fost forțat să acționeze „cum nu trebuie". Care este adevărul? Putem considera, în general, că o persoană este responsabilă pentru faptele sale sau trebuie să analizăm *situațiile* în care a realizat respectivele fapte? În orice caz, ar fi total greşit să credem că faptele pozitive pot fi puse pe seama voinței proprii, iar cele negative, pe seama situațiilor sau viceversa. Ce putem spune, ca psihologi, ca oameni care analizează comportamentul altor oameni, despre o persoană care îşi atribuie sieşi succesele şi mediului, eşecurile? Putem spune că persoana este responsabilă pentru acest comportament, că este „lăudăroasă", „falsă" etc., sau că circumstanțele o determină să se comporte în acest mod, pentru a primi laude sau pentru a evita pedepse?

Această controversă este probabil cea mai răspândită în psihologie şi persistă încă şi azi, deşi o variantă sintetică, *interacționistă*, care presupune că atât mediul cât şi persoana sunt responsabile pentru comportamentul observat, a fost propusă încă din anii '30 (Hampson, 1988; Funder, 2006). Modelul dispozițional (al trăsăturilor), prezentat în capitolele precedente, se situează la o extremă, considerând că trăsăturile de personalitate sunt în principal responsabile pentru comportamentul individului, iar la cealaltă extremă avem behaviorismul radical (~~cap.7~~), care consideră că mediul este în principal responsabil pentru comportamentul uman.

Consistența comportamentului

Pentru încercarea de elucidare a acestei dispute, trebuie să ne amintim că principalul scop al psihologiei personalității e *predicția comportamentului*. Teoriile personalității ne oferă descrieri şi explicații asupra comportamentelor observate ale unor persoane, în speranța că vom putea prezice ce vor face acele (tipuri de) persoane într-o situație viitoare. Fără această sarcină (predicția comportamentului), psihologia personalității este inutilă. Pentru a putea prezice comportamentul, o teorie a personalității trebuie să explice în primul rând **consistența comportamentului**. Personalitatea nu ar trebui să fie altceva decât un set de factori care determină o

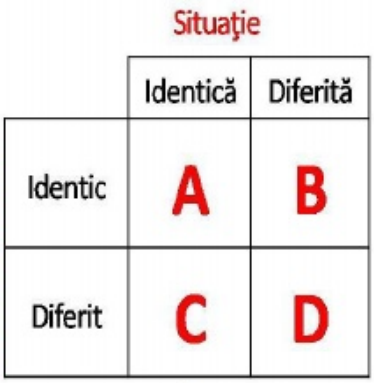


Figura 4.1. Patru tipuri de consistență comportamentală (după Hampson, 1988).

consistență a comportamentului în diverse situații și de-a lungul perioadelor de timp. Consistența se referă, prin urmare, la *stabilitatea* comportamentului. Psihologia trăsăturilor credea că măsurarea cu ajutorul unor scale, și etichetarea unei persoane ca extravertită, nevrotică etc., va indica o consistență a comportamentului, dar, după cum vom vedea, lucrurile nu au fost tocmai așa. Înainte de aceasta, vom vedea de câte tipuri este consistența.

În primul rând, trebuie să facem diferența între **consistența cross-situațională** (stabilitatea comportamentului observat în mai multe situații; de exemplu, un copil poate fi răsfățat atât cu părinții, cât și cu profesorii) și **consistența temporală** (stabilitea comportamentului de-a lungul unor perioade de timp; de exemplu, copilul poate rămâne răsfățat și la vârsta adultă, mereu smiorcăindu-se atunci când nu obține ce vrea). Chiar dacă vrem să observăm comportamentul în mai multe situații, trecerea timpului este inevitabilă, deci, va exista oricum o oarecare consistență temporală, chiar dacă nu reprezintă obiectul nostru de studiu. Acest fapt ridică probleme în legătură cu cât de validă este considerarea unor situații ca identice.

Sarah Hampson (1988) arată că atunci când vorbesc despre consistență, cercetătorii au în vedere **patru tipuri** (fig. 4.1.). După cum se poate observa, cele patru tipuri se obțin în funcție de cele două tipuri de situații poisibile și de cele două tipuri de comportamente ce pot apărea în aceste situații. *Tipul A* apare atunci când o persoană este testată din nou în aceeași situație, iar comportamentul rămâne neschimbat. *Tipul B* presupune că comportamentul măsurat al unei persoane va rămâne neschimbat în diverse situații. Aceasta este asumpția de bază a teoriei trăsăturilor. *Tipul C* pare ciudat: cum se poate comporta o persoană diferit în aceeași situație? *Tipul D* pare și mai ciudat, întrucât, practic, în acest caz nu mai este vorba de vreo consistență. Dar, arată Hampson, „rezolvarea acestei contradicții se obține prin conceptul de personalitate și echivalență psihologică. Există mult mai puține trăsături decât comportamente observabile, de aceea, fiecare trăsătură este implicată în determinarea unui număr comportamente diferite, dar echivalente psihologic" (p. 74). Spre exemplu, pot exista oameni care într-o situație spun glume, dar într-o altă situație par mai serioși. În cea de-a doua situație, ei pot fi doar aparent serioși, pe când, de fapt, iau peste picior interlocutorul. Astfel, atât glumele, cât și ironia sunt comportamente consistente cross-situațional, datorită trăsăturii „neseriozitate" a persoanei respective.

Paradoxul consistenței

Să presupunem că am stabilit că o persoană este extravertită. Cum am făcut asta? I-am aplicat un chestionar și, eventual, i-am măsurat activitatea cerebrală. Chestionarul, fie că a fost auto-

aplicat sau aplicat de către un examinator, conținea un set de întrebări care descriu un mod general de comportament al subiectului. Prin urmare, aplicarea unui chestionar are la bază presupunerea că subiectul dă dovadă de o consistență comportamentală, iar o trăsătură de personalitate (E) reprezintă *cauza* acestei stabilități în modul general de comportare. Dacă această presupunere ar fi adevărată, atunci o nouă testare în aceeaşi situație (tipul A), într-o situație diferită (tipul B) sau după o anumită perioadă de timp, ar trebui să producă aceleaşi rezultate, acest fapt demonstrând, cu alte cuvinte, că există într-adevăr o consistență a comportamentului. Realitatea, însă, este diferită.

Figura 4.2. Walter Mischel (n.1930)

Walter Mischel era şi el destul de convins că teoria trăsăturilor oferă o explicație pentru consistența comportamentală, dar o serie de studii din anii '60 l-a făcut să-şi schimbe radical părerea. În 1968, el publica *Personality and Assessment*, o carte în care aducea o critică serioasă la adresa modelului trăsăturilor. El considera că singura formă de consistență care poate fi demonstrată pe baza chestionarelor de personalitate este cea de tipul A (Mischel, 1968). Dar, după cum arătam mai sus, asumpția de bază a modelului trăsăturilor este reprezentată de consistența de tip B (comportamentul rămâne stabil în situații diferite). Realizând un studiu amplu asupra literaturii de specialitate, la care se adaugă şi propriile sale studii, Mischel arăta că, în medie, corelațiile dintre trăsăturile măsurate de diferite chestionare, precum şi dintre scorurile obținute pentru trăsături şi comportamentele specifice, nu depăşesc **0.3**. Este evident că o astfel de medie este foarte mică, întrucât o adevărată consistență a comportamentului ar trebui să se apropie de 1 (corelație perfectă). Acest fenomen a rămas în literatură cu numele de **paradoxul consistenței** (Crețu, 2005; Feist, Feist, 2006).

Prin urmare, concluzia lui Mischel a fost că trăsăturile de personalitate nu pot prezice comportamente, iar erorile nu sunt datorate măsurătorilor, ci modului de a privi lucrurile (1968). Atunci asupra căror variabile trebuie să ne concentrăm atenția? Mischel a fost foarte clar în lucrarea sa: asupra *situațiilor*. De aceea, el este considerat reprezentantul cel mai de seamă al **situaționismului**. Consistența comportamentului este, prin urmare, datorată mediului. Dacă un comportament rămâne stabil, atunci înseamnă că şi situația este foarte asemănătoare, iar datorită faptului că situațiile sunt, în general, destul de diversificate, teoria trăsăturilor nu poate prezice comportamentele. Această viziune semăna foarte mult cu cea propusă de behaviorismul radical (cap.7) şi elimina, practic, conceptul de personalitate.

De aceea, unii cercetători nu au fost de acord cu Mischel, arătând că acele comportamente studiate de el sunt prea specifice şi

este normal să nu existe o consistență relevantă (Epstein, 1979; 1980). Cu alte cuvinte, Mischel nu s-ar fi concentrat asupra trăsăturilor de personalitate, ci asupra unor răspunsuri specifice sau habituale (vezi fig. 2.4., p.16). Oricum, între timp, Mischel a căutat o cale de mijloc, propunând o teorie a învățării sociale, bazată pe interacționismul dintre persoană şi mediu. Majoritatea cercetătorilor sunt de acord că situaționismul a adus contribuții extrem de importante psihologiei personalității, determinând o regândire a naturii şi rolului jucat de trăsăturile de personalitate în consistența comportamentului (Hampson, 1988; Feist, Feist, 2006 etc.).

Interacţionismul

Din cele spuse până acum, putem observa că psihologia personalității se zbate între două curente diametral opuse: personologismul (care consideră că trăsăturile sau alte stări interne determină comportamentul) şi situaționismul, discutat mai sus. Cu toate aceastea, putem găsi chiar de la Aristotel încoace căi de mijloc (Ekehammar, 1974). Aceste căi de mijloc poartă numele de **interacționism**, iar ideea lor de bază e că atât persoana, cât şi mediul determină comportamentul. Mischel a propus una din primele teorii interacționiste moderne, dar înaintea lui, au fost o serie de alți cercetători care au avut concepții similare. De asemenea, în general, orice teorie a învățării sociale (cap.8) este interacționistă.

Unul dintre primii psihologi care a propus o abordare interacționistă a comportamentului a fost Jacob Kantor. Acesta spunea că „nici un fapt biologic nu poate fi considerat altceva decât interacțiunea reciprocă dintre organism şi mediu" şi că „o concepție despre personalitate trebuie să fie predominant funcțională şi trebuie să accentueze efectul stimulilor şi interacțiunea persoanei cu aceştia" (Kantor, 1924, *apud ibidem*). O idee similară a avut şi Kurt Lewin, iar, mai târziu, Edward Tolman a introdus şi alte variabile, în afară de stimul (situație/mediu) şi persoană (fig. 4.3.). Acestor perspective clasice le lipsea o bază empirică (studii care să le confirme), iar perspectivele moderne (în principal, apărute după critica lui Mischel la adresa modelului trăsăturilor, 1968) nu au avut, pentru o vreme, nici o teorie bine formulată.

Personologismul

$C = f(P)$

Situaționismul

$C = f(S)$

Interacționismul

- **Kantor, Lewin**

$C = f(P \times S)$

- **Tolman**

$C = f(S,E,T,F)$

Figura 4.3. Perspective asupra personalității (*C* = comportament, *P* = persoană, *S* = situație/mediu, *E* = ereditate, *T* = trecutul/experiența, *F* = starea fiziologică).

Mai mulți cercetători au făcut distincția între două tipuri de interacționism: **interacționism mecanic** şi **interacționism dinamic** (Crețu, 2005). Interacționismul mecanic ia în considerare doar acțiunea unilaterală a persoanei şi mediului asupra comportamentului (fig. 4.4.A), iar interacționismul dinamic (sau reciproc) consideră că şi comportamentul, la rândul său, poate deveni o variabilă care va influența persoana şi situația şi, implicit, comportamentele viitoare ale persoanei (fig. 4.4.B). Modelul cauzalității reciproce, propus de Bandura (pag.70), este o variantă mai elaborată a interacționismu-

lui dinamic. Principalele asumpții ale interacționismului dinamic sunt (*apud ibidem*):

(1) comportamentul este o funcție a interacțiuni multidirecționale, a *feedback*-ului dintre individ şi situație;

(2) individul este un agent activ (nu doar pasiv) în acest proces interactiv;

(3) persoana reprezintă, în principal, factorii cognitivi şi motivaționali;

(4) situația reprezintă un eveniment cu anumită semnificație pentru individ şi devine, de aceea, cel mai important factor determinant.

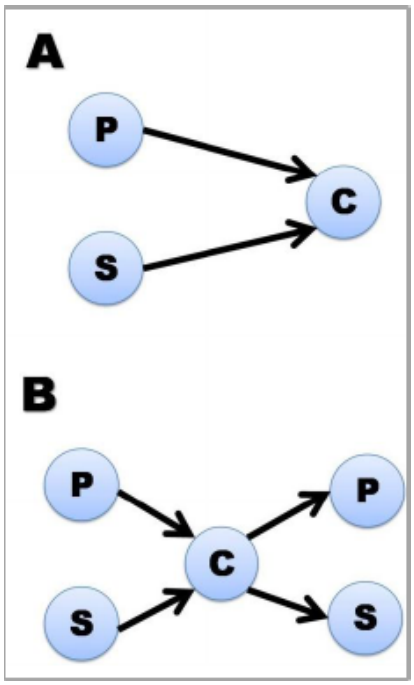


Figura 4.4. **(A) Interacţionismul mecanic; (B) Interacţionismul dinamic/reciproc (*C* = comportament, *P* = persoană, *S* = situaţie).**

„Pentru a înțelege mai bine schema interacționist dinamică, am putea considera următorul exemplu: amânarea sau anularea unei gratificații promise, adică frustrarea (S), l-ar putea determina pe un copil instabil afectiv (P) să-şi manifeste furia comportamental, spărgând (C) vaza preferată a mamei. Odată produs, acest comportament ar putea să-l determine pe copil să reevalueze cognitiv situația, resimțind-o afectiv mai puțin frustrantă, ceea ce l-ar putea motiva în mod constant să se comporte mai puțin furios, eventual relaxat, sau dimpotrivă, în funcție de modul posibil de activare a fiecărei componente din acest sistem de variabile, rezultatul ar putea fi total pe dos” (**Romeo Crețu**, 2005, p.65).

Modelul condiţional-dispoziţional

Nu a trecut mult timp până ce Mischel a adoptat o poziție interacționistă (1973), iar de-a lungul timpului a încercat prin mai multe modele să rezolve paradoxul consistenței. Teoria sistemului cognitiv-afectiv al personalității (SCAP) a fost elaborată în 1995 de Mischel şi Shoda (pag.70), fiind cea mai bună realizare în această direcție de până acum. Această teorie are la bază concepția care a stat şi la baza **modelului condițional-dispozițional (MCD)**, şi anume că „structura şi funcția constructelor dispoziționale [trăsăturilor] sunt cel mai bine dezvăluite prin identificarea perechilor de contingențe de tipul *dacă... atunci...*” (Wright, Mischel, 1987, p.1159). Cu alte cuvinte, trăsăturile nu mai sunt nişte entități situate în interiorul persoanei, ci *propoziții de tip condițional*. Un comportament se va manifesta doar *dacă* sunt îndeplinite anumite condiții. Astfel, unitatea de bază prin care se constituie şi prin care se exprimă o trăsătură este dată de *probabilitatea de apariție* a unui comportament (set comportamental), ca urmare a activării unei condiții (set de condiții) specifice. Pe scurt, pentru a prezice comportamentul unei persoane, vom căuta *stabilitatea unei variații*.

Conform MCD, aparentele incosistențe comportamentale nu se datorează nici erorilor de măsurare, nici situației în sine. În

„O situație fără oameni nu are deloc semnificație psihologică. Orice comportament trebuie să fie făcut de către cineva, undeva. O persoană nu poate exista în afara unei situații, iar o persoană care nu mai emite nici un comportament este moartă” (**David Funder**, 2006, p.34).

schimb, aceste inconsistențe reprezintă, de fapt, comportamente predictibile care reflectă *patternuri stabile de variație*. De exemplu, dacă un om este violent cu soția lui, dar cu prietenii este supus, atunci putem prezice că astfel de variații vor avea loc şi în alte situații asemănătoare. Astfel, MCD înlocuieşte conceptul de consistență cu cel de **coerență** a comportamentului. Dacă patternul de variație a comportamentelor unei persoane (*„dacă A, atunci X, dar dacă B, atunci Y”*) rămâne relativ stabil, atunci vom spune că are un comportament coerent. Cauzele personale care oferă coerență comportamentului au fost conceptualizate de către Mischel şi Shoda (1995; 2001) sub forma unor **unități cognitiv-afective**, care vor fi discutate mai pe larg în cap. 8.

- Pentru a putea prezice un comportament, o teorie a personalității trebuie să explice în primul rând consistența comportamentului, adică stabilitatea sa de-a lungul timpului (consistență temporală) sau în mai multe situații (consistență cross-situațională).
- Modelul trăsăturilor presupune că o trăsătură de personalitate este responsabilă pentru consistența comportamentului, dar datele empirice indică o corelație foarte scăzută între măsurători şi comportamentele observate, existând astfel un paradox al consistenței.
- Mischel a realizat o critică virulentă la adresa modelului trăsăturilor, considerând că situațiile sunt responsabile pentru consistența comportamentului; curentul introdus de el în psihologia personalității poartă numele de situaționism.
- Interacționismul este o încercare de reconciliere între personologism (care presupune că trăsăturile sau alte constructe interioare sunt responsabile pentu consistența comportamentului) şi situaționism; din acest punct de vedere, atât persoana, cât şi situația sunt în egală măsură responsabile pentru comportamentul unei persoane.
- Modelul clasic dispozițional (Wright şi Mischel) consideră că predicția comportamentului ar trebui să se realizeze pe baza unor propoziții de tip condițional „dacă... atunci...”; această perspectivă înlocuieşte conceptul de consistență cu cel de coerență a comportamentului; teoria SCAP (discutată în cap.8) a fost propusă de Mischel şi Shoda pentru a rezolva paradoxul consistenței şi are la bază principiul coerenței.

1. Care este principalul fenomen de care trebuie să ținem seama atunci când vrem să prezicem un comportament? De câte feluri este acest fenomen?
2. Care a fost motivul criticii aduse de către Mischel la modelul trăsăturilor şi cu ce nume a rămas în literatura de specialitate?
3. Care este diferența dintre consistența şi coerența comportamentului?

Capitolul 5

GENETICA COMPORTAMENTULUI

Aşchia nu sare departe de copac – iată că înțelepciunea populară ne arată printr-o frumoasă metaforă care s-a păstrat de-a lungul timpului că ideea de genetică a comportamentului nu-i este străină, chiar dacă nu reuşeşte să explice mecanismul biologic prin care se realizează această **ereditate**. Asta nu înseamnă că pentru oamenii de ştiință a fost un fleac să-l explice. Probabil că ereditatea a fost intuită încă dinainte de începuturile civilizației, însă nu au trecut încă 150 de ani de la prima încercare de explicare a mecanismului eredității. În 1865 apărea o lucrare care avea să revoluționeze întreaga lume ştiințifică: *Cercetări asupra hibrizilor la plante* de **Gregor Mendel**, un călugăr care a fondat, practic, **genetica**, deşi acest termen nu era folosit în acea vreme, conceptul de **genă** fiind folosit pentru prima dată abia în 1906 de către William Bateson (1861-1926), iar conceptul de genetică în 1909, de către acelaşi autor (Bateson, 1909).

În acest capitol

→ genetica comportamentului
→ metodele geneticii comportamentului
→ ~~eritabilitatea~~
→ genetica evoluției comportamentului

„În perechea de factori ereditari care determină forma bobului la mazăre, se poate afla doar factorul ereditar care determină forma netedă sau doar cel care determină forma zbârcită a acestuia. (...) Doar mutația – fenomen rar şi care are natură întâmplătoare, afectând orice factor ereditar – poate transforma factorul ereditar care determină forma netedă în factorul ereditar care determină forma zbârcită a bobului de mazăre. (...) Când Mendel a încrucişat, însă, soiul cu bob neted cu soiul cu bob zbârcit, el a constatat că boabele hibride din prima generație au forma netedă. Semănându-le şi, de această dată, lăsând ca plantele să se autopolenizeze, cum o fac ele de când există această specie de plante, Mendel a constatat că în generația a doua, în păstăi, apar, pe lângă boabele netede, şi boabe zbârcite, în raport de 3:1. Astfel, Mendel a descoperit nu numai natura corpusculară a factorilor ereditari, care le permite să se păstreze ca entități de sine stătătoare, discrete, dar şi calitatea lor de a fi dominanți sau recesivi. (...) Mendel şi-a dat seama că acești factori ereditari au coexistat în boabele hibride din prima generație, pentru că din acestea au ieşit plantele celei de-a doua generații, care au produs atât boabe netede, cât şi zbârcite” (**Lucian Gavrilă**, 2003, pp. 2-3).

Figura 5.1. Gregor Johann Mendel (1822-1844)

Ceea ce a urmat a constituit afirmarea geneticii ca una din cele mai profunde şi interesante ştiințe, alături de fizica cuantică, şi care a făcut posibilă clonarea unor organisme întregi. Thomas Hunt Morgan (1866-1945) a descoperit, prin anumite experimente ingenioase asupra unei musculițe (*Drosophila melanogaster*), că fiecare genă este localizată pe un anumit **cromozom** (Morgan, 1925), iar

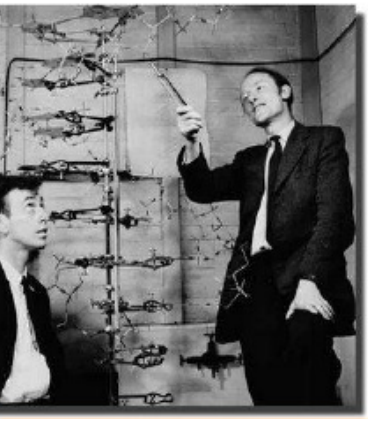


Figura 5.2. James Watson (stânga) şi Francis Crick, prezentând modelul dublu-elicoidal al structurii ADN (1953).

cea mai celebră descoperire, care a devenit simbolul biologiei, a fost aceea care a evidenţiat substanţa din care este formată o genă – ADN (acidul deoxiribonucleic). În 1953, **James Watson** şi **Francis Crick** au zguduit lumea ştiinţei, propunând un model *dublu helix* (dublă elice – fig. 5.2.) al structurii ADN, celebra spirală care reprezintă esenţa vieţii (Watson, Crick, 1959). Asemănările urmaşilor cu părinţii lor au la bază replicarea precisă a ADN-ului şi transmiterea acestuia de la o generaţie la alta. Informaţia ereditară este encodată în limbajul chimic al ADN-ului şi este reprodusă în *toate* celulele corpului. *Programul* ADN direcţionează dezvoltarea trăsăturilor biochimice, anatomice, fiziologice şi, într-o măsură incertă (după cum vom vedea) trăsăturile comportamentale. O **trăsătură** (sau **caracter**) este o proprietate transmisibilă ereditar, cum ar fi culoarea ochilor sau, *poate*, comportamentul agresiv sau histrionic. Deţinând aceste informaţii, acum putem afirma că zestrea noastră genetică este reprezentată de ADN-ul conţinut în cei 46 de cromozomi (2 x 23) moşteniţi de la părinţii noştri şi în *mitocondriile* moştenite de la mamele noastre, care reprezintă „unităţile energetice" ale celulelor (implicate în principal în respiraţie) şi care conţin un ADN distinct (Gavrilă, 2003; Campbell, Reece, 2008).

Genetica comportamentului

La patru ani după apariţia articolului lui Mendel, avea să vadă lumina tiparului una din primele cărţi asupra eredităţii psihologice. Această carte se numea *Geniul ereditar*, iar autorul ei era **Sir Francis Galton** (1822-1911). Inspirat de anumite idei ale vărului său, Charles Darwin, şi ale altor naturalişti din acea perioadă, dar fără a avea cunoştinţă despre studiul lui Mendel, Galton analizează transmiterea ereditară a unor abilităţi (artistice, politice, ştiinţifice ş.a.), fără a face referire pe durata întregii cărţi la geniu, înţeles ca om cu abilităţi mult peste medie. De fapt, în prefaţa la ediţia a doua (1892), Galton îşi exprimă părerea de rău pentru alegerea acestui titlu, considerând că mai potrivit ar fi fost *Abilitatea ereditară* (Galton, 1925). De asemenea, Galton se face responsabil de introducerea celebrei dispute ereditate-mediu (*nature-nurture*), care este considerată de unii ca fiind cea mai lungă dispută ştiinţifică (Plomin, Caspi, 2001). Aceeaşi autori consideră că acesta este momentul naşterii **geneticii comportamentului** (deşi această sintagmă nu a apărut decât peste aproape un secol, după cum vom vedea mai departe). În anii ce au urmat, progresul în ceea ce priveşte ereditatea psihologică a fost unul lent şi a fost reprezentat în special de descoperirile patologice. Cel mai bun exemplu este descoperirea bazei genetice a bolii (coreei) Huntington, în 1872.

Lucrurile se schimbă în secolul al XX-lea. Observând că nu i-a fost acordată prea multă atenţie eredităţii psihologice în comparaţie cu ereditatea fiziologică, **Théodule Ribot** (1839-1916) scrie o lucra-

Ereditate *– transmiterea trăsăturile de la o generaţie la alta*
Genetică *– ştiinţa eredităţii şi a variaţilor ereditare*
Genă *– Factor de transmitere a caracteterelor ereditare, care constituie o unitate independentă, localizată pe un cromozom*
Cromozomi *– corpusculi ai nucleului celular.*
ADN *– substanţa din care sunt alcătuite genele.*
Genotip *– totalitatea genelor unui organism.*
Fenotip *– totalitatea manifestărilor unui organism, datorate genotipului şi infuenţelor de mediu (paratip).*

re, cu caracter mai degrabă filosofic, în care analizează sistematic ereditatea proceselor psihice, atât normale, cât şi morbide, la nivel naţional, în istorie etc., sintetizând totodată cele mai importante descoperiri până la acea perioadă (Ribot, 1914/2002). Este evident că descoperirile lui Morgan asupra localizării precise a genelor şi modelul ADN al lui Watson şi Crick şi-au pus amprenta semnificativ asupra geneticii comportamentului.

La cinci ani după apariţia modelului ADN, potenţialul impact ce-l putea avea genetica asupra ştiinţelor comportamentului a fost descris într-un articol seminal scris de către Ginsburg (1958). Acesta considera că genetica poate fi o unealtă pentru studiul comportamentului în patru moduri. În primul rând, poate fi folosită pentru a diviza comportamentul în *componentele sale naturale*. În al doilea rând, poate fi folosită pentru a studiu *mecanismele neuronale* (şi altele) *ale comportamentului*. În al treilea rând, poate fi folosită pentru a studia *efectele mediului asupra comportamentului*. În sfârşit, în al patrulea rând, poate fi folosită pentru a studia *evoluţia comportamentului* (*apud* Maxson, 2006).

Genetica comportamentului este un domeniu hibrid (interdisciplinar) şi destul de nou, având în vedere că această sintagmă a fost folosită pentru prima dată de către John Fuller şi William Thompson, în 1960. Peste un deceniu apare Asociaţia de Genetică Comportamentală şi jurnalul *Behavior Genetics* (Griffiths, Tabery, 2007). La început, cea mai mare partea a cercetărilor reprezentau un efort de a arăta că această sintagmă nu este un oximoron (adică variaţiile genetice afectează cu adevărat variaţiile comportamentale). Acum, datorită acestor cercetări, relevanţa şi importanţa variaţiilor genetice pentru variaţiile comportamentale interindividuale sunt general acceptate şi cea mai provocatoare sarcină este aceea de a descoperi patternuri specifice gene-comportament (Rose, Dick, 2003).

> *„Considerată din punct de vedere filosofic, ereditatea ne apare drept un fragment dintr-o lege mult mai generală, dintr-o* lege a universului*, iar cauza sa trebuie căutată în mecanismul universal. Nimic din ceea ce a fost nu poate înceta să fie: de aici, în individ, obişnuinţa şi memoria, iar în specie ereditatea. Ea nu este decât un caz al acelei legi ultime pe care fizicienii o numesc conservarea energiei, iar filosofii cauzalitate universală"* (**Théodule Ribot**, 2002, p.310).

Metodele geneticii comportamentului

Majoritatea studiilor de genetică a comportamentului au fost realizate pe patru specii: nematodul (*Caenorhabditis elegans*), musculiţa de fructe (*Drosophila melanogaster*), şoarecele (*Mus musculus*) şi omul (*Homo Sapiens*). Încă de la începutul său, genetica a avut parte de metode cantitative, statistice. Ne amintim că Mendel a descoperit raportul de 3:1 între boabele netede şi cele zbârcite (pag.12). De asemenea, una dintre preocupările lui Galton era statistica, iar unele din testele pe care le-aţi învăţat la cursul de statistică (covarianţa, corelaţia) au fost aplicate în principal pentru variaţiile genotipice. Desigur, tot procedeele statistice sunt folosite şi astăzi pentru a determina influenţa genelor şi a mediului asupra comportamentului; prin urmare, nu dispunem decât de o **estimare** a acestor influenţe. Dar pentru a avea ce măsura şi ce calcula, înainte trebuie să avem şi nişte observaţii sau situaţii experimentale. Astfel,

la animale se folosesc: încrucişarea între indivizi înrudiți (*inbreeding*), încrucişarea selectivă (în funcție de anumite trăsături specifice – *selective breeding*) şi încrucişarea între specii diferite (*cross-breeding*). Atât la animale, cât şi la oameni se studiază asemănările între indivizi înrudiți şi între cei neînrudiți. Studiile asupra gemenilor şi asupra copiiilor adoptați sunt alte două metode folosite la oameni. Studiile asupra gemenilor compară patternurile caracteristicilor comportamentale între gemenii identici (monozigoți) sau fraternali (dizigoți). Gemenii monozigoți au în comun *întreaga* zestre genetică, în timp ce dizigoții au în medie 50% din zestrea genetică a fraților lor, la fel ca şi frații non-gemeni. Studiile pe copii adoptați încearcă să determine dacă copiii adoptați au un comportament mai asemănător cu cel al părinților adoptivi (cu care au un mediu comun) sau cu cel al părinților naturali (cu care au o bază genetică comună) (*ibidem*; Maxson, 2006).

Eritabilitatea

Aceste metode permit cercetătorilor să împartă varianța fenotipică în componente genetice şi componente influențate de mediu. Raportul dintre varianța genotipică şi varianța fenotipică poartă numele de **eritabilitate**. Acest raport poate varia între 0 şi 1. Cu alte cuvinte, *cu cât diferențele între indivizii unei populații în ceea ce priveşte o anumită trăsătură comportamentală (nevrozismul, anxietatea etc.) se datorează diferențelor genetice dintre aceştia, cu atât eritabilitatea va fi mai apropiată de 1* (100%). Restul se datorează mediului. Este general acceptat că atât mediul, cât şi ereditatea au *mereu* influență asupra comportamentului, altfel spus, studiile nu au obținut niciodată valoarea 0 sau 1 pentru eritabilitate.

„O critică frecventă adusă geneticii comportamentului este aceea că estimarea eritabilității nu are deloc valoare informativă, întrucât variază de la o populație la alta. Acest argument nu are prea mult sens pentru noi. Statura medie variază de la o populație la alta şi de la un mediu la altul. Am putea folosi acest argument pentru a nu mai studia statura medie a populațiilor?” (**Thomas Bouchard** şi **John Lohlin**, 2001, p.247).

Primul lucru pe care putem să-l facem pentru a determina dacă un comportament este influențat de gene este să ne asigurăm că există la mai multe generații ale aceleiaşi familii. Similaritățile comportamentale pe care le observăm între membri aceleiaşi familii *sugerează* că genele, într-adevăr, influențează comportamentul, dar nu pot *demonstra* acest fapt, deoarece membri aceleiaşi familii împărtăşesc şi acelaşi mediu. De aceea, cercetătorii au recurs la studiile pe gemeni (fig. 5.3.) şi pe copii adoptați. Aceste studii indică în general o eritabilitate de 40-60% pentru *Big-Five* (vezi cap. 2) (Loehlin, McCrae, Costa, 1998). Dat fiind faptul că toate trăsăturile comportamentale au o componentă eritabilă, dovezile că o anumită trăsătură sau alta este eritabilă nu ne oferă prea multe informații.

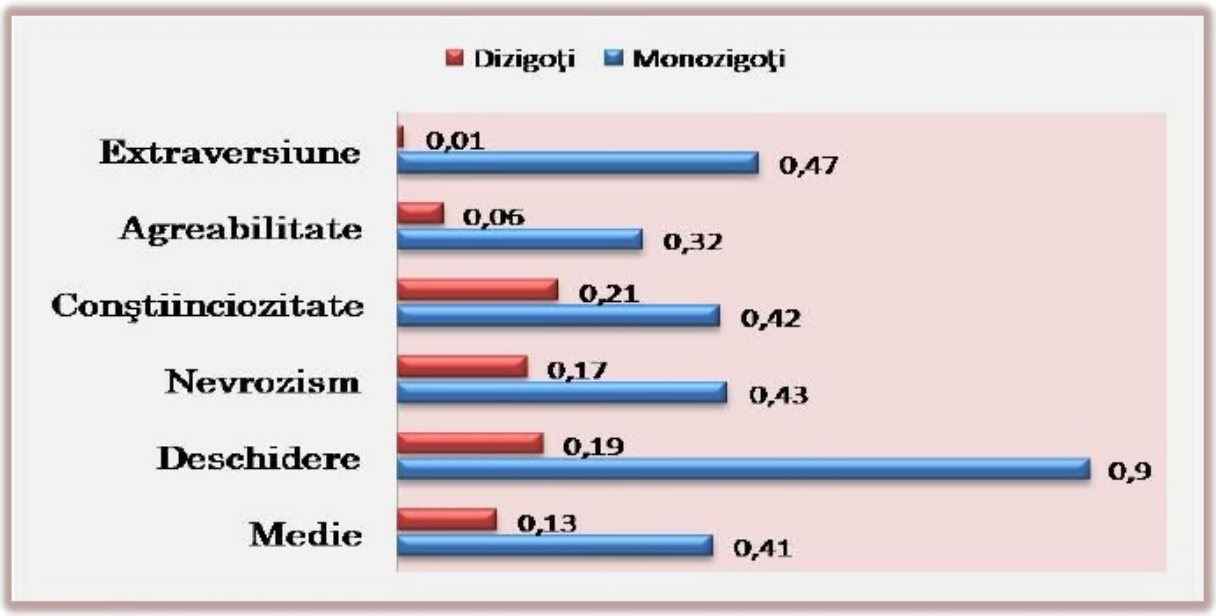


Figura 5.3. **Corelaţiie obţinute între 490 de perechi gemeni monozigoţi şi 317 perechi gemeni dizigoţi, care nu împărtăşesc un mediu comun, la o scală Big-Five (după Loehlin, McCrae, Costa, 1998).**

Totuşi, universalitatea acestor descoperiri sugerează că *structura personalității este fondată pe o arhitectură genetică*. Semnificația majoră a geneticii comportamentului pentru identificarea componentelor de bază ale pesonalității constă în analize genetice multivariate care oferă baza pentru înțelegerea originii structurilor personalității. Acest lucru se realizează prin descompunerea covariației trăsăturilor în componente genetice şi de mediu. Teoria trăsăturilor presupune că trăsăturile sunt covariante, adică variația uneia dintre ele este corelată cu variația celeilalte (la nivelul populației). Acest lucru sugerează că *trăsăturile au o eritabilitate comună*. Măsura în care două trăsături au influențe genetice şi de mediu comune este indicată de coeficienții de corelație genetică (r_G) şi de mediu / ecologică (r_E). Calculul corelației genetice este similar cu cel folosit pentru estimarea eritabilității: un scor mai mare pentru monozigoți decât pentru dizigoți sugerează prezența influențelor genetice. **Corelația fenotipică** dintre două trăsături (x şi y) se calculează astfel:

$$r_p = (h_x \cdot h_y \cdot r_g) + (e_x \cdot e_y \cdot r_e)$$

unde corelația fenotipică (r_p) reprezintă suma ponderii în care acelaşi factor genetic (r_g) şi/sau de mediu (r_e) influențează fiecare variabilă, înmulțit cu influența totală a cauzelor genetice şi ecologice asupra fiecărei variabile (h_z, h_y, e_z, e_y). Termenii h şi e reprezintă rădăcina pătrată a eritabilității şi, respectiv, efectelor de mediu asupra trăsăturilor x şi y. Cercetările efectuate folosind corelația

„ ...un lucru care trebuie evitat este ideea că o rasă (de regulă, cea de care aparții) este «mai bună» decât alta. Tot ceea ce se poate deduce pe bună dreptate este că rasele sunt fundamental diferite. De aici rezultă că societatea ar face bine să se asigure că un număr cât mai mare de oameni, cu origini rasiale cât mai diverse cu putință, vor avea oportunitatea să arate ceea ce pot face pentru avansul civilizației. Ne putem aştepta că, fără îndoială, indivizii din diverse rase vor avea materialul genetic necesar pentru a aduce unele contribuții unice” (**Alfred Sturtevant**, 1959, p. 259)

„Genele reprezintă dispoziții, nu destine” (**Richard Rose** și **Danielle Dick**, 2003, p.51).

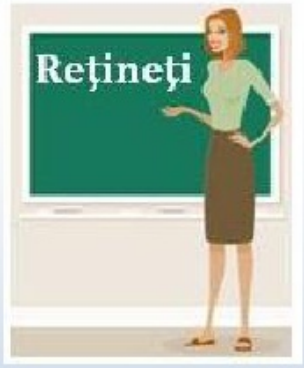
fenotipică sugerează destul de clar că structura fenotipică a personalității e asemănătoare cu arhitectura genetică subiacentă, observațiile fiind consistente în diferite măsurători (Livesley, Jang, Vernon, 2003; Livesley, Jang, 2005).

Toate bune şi frumoase (complicate, desigur, dar frumoase). Rămâne să ne întrebăm *care* sunt genele care afectează sau pot afecta variabilitatea unei trăsături, *cum* interacționează între ele şi cu mediul în cursul dezvoltării trăsăturii şi *ce* mecanisme genetice sunt implicate evoluția şi adaptarea comportamentală. În cele din urmă, majoritatea genelor (dacă nu toate) care influențează comportamentul nematodelor, musculițelor, şoarecilor şi, în final, al oamenilor vor fi descoperite. Deoarece nu fiecare genă influențează fiecare comportament al unei specii, comportamentele vor putea fi grupate în funcție de genele care le provoacă variația. Mai mult, dacă se identifică genele cu un efect comportamental la o specie, acestea pot fi folosite pentru cercetările la alte specii. De exemplu, gena periodică, ce afectează ritmul circadian a fost identificată întâi la musculițe.

Genetica evoluției comportamentului

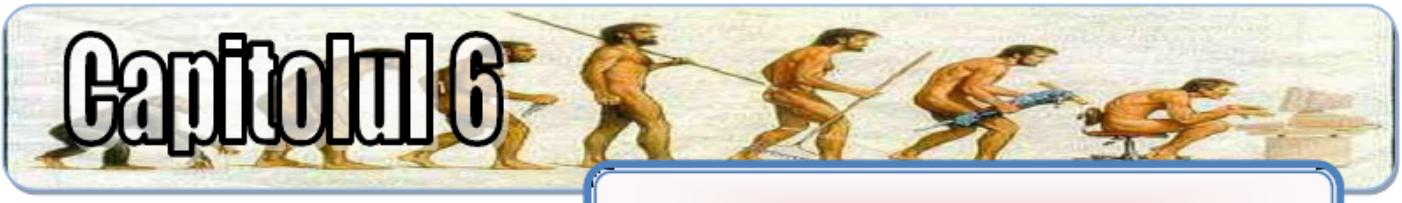
Se presupune că multe gene sunt implicate în evoluția adaptării şi speciației (= apariția unei specii noi dintr-una deja existentă), dar uneori, o singură genă poate fi implicată (Schluter, Conte, 2009). Selecția naturală, despre care vom discuta în capitolul următor, acționează asupra frecvenței unei gene (= de câte ori apare o genă în comparație cu alte gene). Genetica comportamentului intervine aici, dorind să găsească aceste gene (Maxson, 2006). Să luăm un exemplu: majoritatea maimuțelor străvechi şi oamenii pot discrimina roşul şi verdele, dar celelalte mamifere nu pot. Poate vă aduceți aminte că retina omului are trei tipuri de celule cu conuri (şi la fel şi a maimuței). Fiecare con conține propria lui opsină. *Opsinele* sunt proteine care oferă sensibilitatea cromatică a receptorilor vizuali. Gena pentru opsina sensibiliă la roşu se află pe cromozomul 10 la oameni şi maimuțe, iar la celelalte mamifere, pe acest cromozon se află doar opsina sensibilă la verde. Acum aproximativ treizeci de milioane de ani, gena pentru opsina sensibilă la roşu a apărut prin *duplicarea genetică* a genei pentru obsina sensibilă la verde. La început, erau două opsine sensibile la verde, apoi mutațiile acumulate în regiunea structurală a uneia din aceste gene au făcut ca opsina sensibilă la verde să se transforme în opsină sensibilă la roşu (*ibidem*).

Este evident că astfel de gene, care ne permit o adaptare mai bună la mediu, au fost selectate de-a lungul evoluției. Dar, după cum vom vedea în cap.10, medicina darwiniană ne arată că vor fi selectate şi unele gene care pot avea efect dezadaptativ pentru individ, dar care măresc şansele de reproducere.



- Genetica este ştiința care studiază transmiterea trăsăturilor ereditare de la o generație la alta, iar genetica comportamentului se ocupă doar de trăsăturile comportamentale.
- Fiecare genă se află localizată pe un cromozom, iar materialul genetic (din care este format o genă) este acidul deoxiribo nucleic (ADN); întreaga zestre genetică a unei persoane se află în cele două perechi a câte 23 de cromozomi moşteniți de la fiecare părinte şi în mitocondriile moştenite de la mamă.
- Eritabilitatea reprezintă măsura în care diferențele în ceea ce priveşte o anumită trăsătură la nivelul populației se datorează bazei genetice a indivizilor.
- Genele sunt implicate în evoluția adaptării comportamentale şi a speciației, iar genetica comportamentului încearcă să determine care gene sunt responsabile pentru anumite comportamente specifice.

1. Cum ați reacționa dacă vi s-ar spune că succesul şi insuccesul dumneavostră şcolar este determinat în totalitate de baza genetică? Ați fi de acord? De ce?
2. Ce metode am putea folosi pentru a determina eritabilitatea unor trăsături morbide (comportamente anormale)?
3. Ați putea să-l contraziceți pe Hitler? Ce argumente i-ați aduce?



PSIHOLOGIA EVOLUŢIONISTĂ

În acest capitol

→ selecţia naturală
→ evoluţionismul şi psihologia
→ teorii evoluţioniste ale personalităţii

Probabil că nici un alt om de ştiinţă nu a influenţat modernitatea mai mult ca **Charles Darwin** (1809-1882). Mulţi autori consideră că revoluţia ştiinţifică produsă de Darwin este comparabilă cu cea produsă de Nicolaus Copernic. Acesta din urmă a descoperit că Pământul nu este centrul Universului, ci doar o părticică a acestuia, care se roteşte în jurul soarelui, împreună cu celelalte planete. Astfel ne-a arătat care este locul nostru în Univers. Darwin ne-a arătat că nu suntem nişte fiinţe create special, ci că toate speciile de pe glob au un strămoş comun, restabilindu-ne astfel locul pe Pământ (Lewin, 2005; Avise, Ayala, 2009). Cu toate acestea, unii se întreabă dacă există cu adevărat o revoluţie darwinistă. Alţi naturalişi din acea perioadă, cum ar fi Russel Wallace, Edward Blyth sau Robert Chambers, se pare că au avut publicaţii pe aceeaşi temă. Totuşi, pe buzele tuturora a fost şi încă este numele lui Darwin. Desigur, asta nu înseamnă că ceilalţi naturalişti sunt nesemnificativi, dar situaţiile au fost de aşa natură încât Darwin a fost cel mai popular (Ruse, 2009). Poate că el a expus cel mai bine subiectul şi a adus cele mai multe dovezi. Anul acesta, cu ocazia împlinirii a 200 de ani de la naşterea lui Darwin şi a 150 de la publicarea operei sale principale, Academia Naţională de Ştiinţe a Statelor Unite a organizat un colocviu, în care au fost prezentate aceste controverse (şi multe altele), precum şi diverse alte aspecte în legătură cu scrierile lui Darwin şi cu evoluţia ulterioară a evoluţionismului*.

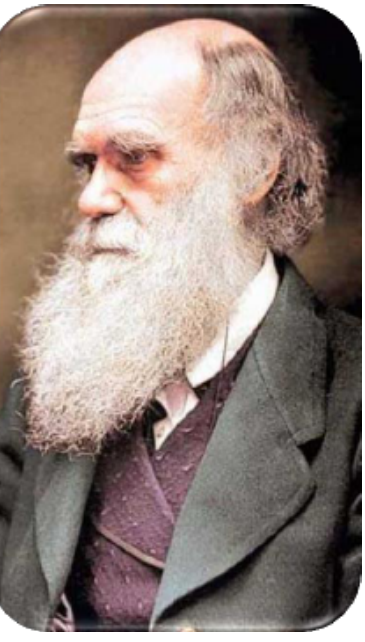


Figura 6.1. Charles Robert Darwin (1809-1882)

Teoria evoluţionistă a fost foarte greu acceptată şi nici chiar în ziua de azi nu putem spune că a fost complet şi pretutindeni acceptată. În multe state şi universităţi apar voci care proclamă interzicerea studiului evoluţionismului (Moore, 2002; Scott, 2004). De exemplu, în 1999, în Kansas a fost interzisă predarea evoluţionismului, dar în anul următorul, acesta a fost reintrodus. Desigur, asta nu s-a întâmplat deoarece locuitorii au devenit deodată sceptici în legătură cu originea speciei umane (foarte slabe şanse să-i intereseze originea altei specii), ci pentru că au fost avertizaţi că-şi privează copiii de una din ideile fundamentale ale ştiinţei moderne şi astfel

* Cititorul interesat poate găsi articolele complete (şi gratuite) rezultate în urma acestui colocviu la adresa http://www.pnas.org/content/106/suppl.1. De asemenea, operele complete ale lui Darwin se găsesc la adresa http://darwin-online.org.uk.

pot rămâne în urmă (Millon, 2003). Desigur, opoziția este de înțeles. Ştim că, de fiecare dată când apare câte o descoperire ştiințifică ce contrazice anumite „postulate" biblice, aceasta este întâmpinată cu ostentație de către oamenii bisericii. Giordano Bruno a fost ars pe rug pentru că afirma fără a se feri de cineva că Pământul se mişcă în jurul Soarelui. Chiar dacă Darwin a trăit la mulți ani după dispariția Inchiziției, era inevitabil ca evoluționismul să nu fie combătut. Evoluționismul afirmă o altă origine a omului decât cea prezentată în *Geneză*. Omul nu mai este făcut „după chipul şi asemănarea lui Dumnezeu", ci este un urmaş al primatelor. Această teorie cu siguranță subminează autoritatea Bisericii, iar subminarea autorității reduce şansele de supraviețuire şi reproducere. Trebuie specificat, însă, că evoluționismul se opune doar „creaționismului", nu existenței lui Dumnezeu. Evoluționismul arată doar că omul, deşi o ființă cu adevărat foarte evoluată, a apărut pe Pământ la fel ca toate celelalte, nu a fost aleasă special de către Dumnezeu. Realizând acestea, unii teologi au acceptat evoluționismul şi au încercat să găsească o cale de mijloc între el şi creştinism (Moore, 2002; Scott, 2004; Jersild, 2000). Dar să revenim la Darwin.

„Dumnezeu nu a făcut lucrurile... nu, dar a făcut în aşa fel încât ele să se facă singure" (**William Temple**, *apud* Jersild, 2008, p.40).

Charles a fost descendentul unei familii cu o tradiție ştiințifică. Bunicul său, Erasmus Darwin, a fost de asemenea naturalist, iar tatăl său, Robert Darwin, un reputat doctor. Charles şi-a început pregătirea ca medic, dar a abandonat-o pentru Biserică. Încă din copilărie, marea pasiune a sa era natura (în special insectele) şi pentru mulți ani a căutat explicații pentru numeroasele enigme pe care le observa în natură, împreună cu teologii naturalişti. Pe lângă imensa diversitate şi schimbare a plantelor şi a animalelor, Darwin cunoştea şi schimbarea secvențială a fosilelor din registrele geologice. În 1830, Darwin s-a îmbarcat ca naturalist (o funcție obişnuită la acea vreme) la bordul navei *HMS Beagle*, care avea scopul de a cartografia anumite zone de coastă de-a lungul planetei. Nava acosta multă vreme, oferindu-i lui Darwin timp din belşug pentru a studia speciile şi fosilele din diverse zone ale lumii. Acesta avea să fie evenimentul formativ al carierei sale. Nava s-a întors în 1836, iar Darwin a făcut planurile pentru mai multe cărți care au apărut în următorii ani, dar nici una din ele nu conținea informații despre evoluție. Nici măcar în prima ediția a cărții *On the Origin of Species by Means of Natural Selection* (1959), în care autorul punea bazele evoluționismului, nu se găseşte cuvântul evoluție, dar ultimul cuvânt al operei este „evoluat". În orice caz, este prezentă *ideea* de evoluție a speciilor, pe care Darwin o conceptualizează prin sintagma „**descendenți cu modificări**" (Darwin 1959/1998). Acesta sintetizează întregul mecanism al evoluției. Urmaşii speciilor suferă modificări, iar în timp modificările sunt atât de mari, încât apar alte

„Aş vrea să elimin termenii înşelători de Darwinism, Darwinist şi Darwinian. Aceştia sugerează o falsă îngustime a câmpului biologiei evoluționiste moderne, de parcă aceasta ar fi născută de mintea unei singure persoane acum 150 de ani, nu un subiect vast, complex şi în continuă evoluție, la care au contribuit multe alte nume mari" (**Olivia Judson**, *apud* Avise, Ayala, 2009, p. 9935).

specii, care la prima vedere nu au nimic în comun cu celelalte. Darwin nu putea explica mecanismul mai profund care stă la baza evoluției. El nu avea cunoştință despre studiile lui Mendel (pag. 12), iar de-abia în secolul următor, când a fost introdusă noțiunea de genă, a fost făcută legătura între genetică şi evoluționism. Această legătură entuziasma cercetătorii şi promitea să ofere o „mare sinteză a biologiei", dar acestea au rămas separate până la urmă, lucru care s-a întâmplat şi în psihologie, de altfel (Hendrick, 2005).

Selecţia naturală

Ideea evoluției speciilor nu era nouă în epocă, fiind introdusă de **Jean-Baptiste Lamarck**, în 1809 (dar existau chiar din antichitate filosofi care presupuneau că viața a urmat o evoluție pe planetă, idee care nu prea a prosperat, deoarece cel mai influent dintre ei, Aristotel, considera că speciile sunt „fixe"). Nou era doar modelul explicativ al evoluției speciilor propus de Darwin, care avea la bază **selecția naturală**. Selecția naturală este procesul prin care indivizii care au anumite **trăsături moştenite** supraviețuiesc şi se reproduc mai mult decât alți indivizi. Anumite medii naturale „selectează" aceste caracteristici, permițând astfel unei specii să prospere în **lupta pentru supraviețuire**. Dacă mediul se schimbă sau dacă indivizii se mută într-un nou mediu, efectul selecției naturale asupra speciei poate fi acela de **adaptare** la noile condiții, uneori determinând apariția unor specii, proces denumite *speciație*.

„Am văzut că oamenii variază corporal şi mental şi că variațiile sunt induse, direct sau indirect, de aceleaşi cauze generale şi se supun acelorlaşi legi generale ca şi la animalele inferioare. Omul s-a răspândit extensiv pe suprafața pământului şi trebuie să fi fost expus, în timpul acestor îndelungate migrații, celor mai diverse condiții. (...) [Oamenii] Trebuie să fi fost expuşi ocazional, prin urmare, unei lupte pentru supraviețuire şi, conscvent, legii dure a selecției naturale. (...) El [omul] îşi datorează imensa superioritate facultăților sale intelectuale, obiceiurilor sale sociale, care îl ajută să-şi apere semenii şi structura corpului" (**Charles** Darwin, 1871, pp. 135-137).

Trebuie să facem mențiunea că, deşi selecția naturală apare prin interacțiunea individului cu mediul, *individul nu evoluează*. Selecția naturală este legată doar de evoluția speciilor. Pentru evoluția individuală se ocupă alte ramuri ale biologiei, psihologia ş.a. De asemenea, selecția naturală acționează *doar asupra trăsăturilor ereditare*. Cu toate că un organism se modifică de-a lungul vieții, iar aceste modificări îl ajută să supraviețuiască şi să se reproducă, există puține dovezi că aceste caracteristici dobândite pot fi moştenite de urmaşi (Campbell, Reece, 2008). De exemplu, un om care şi-a pierdut vederea, poate dobândi un nivel ridicat de sensibilitate pentru altă modalitate senzorială, dar probabil acest nivel ridicat de sensibilitate nu se va transmite la urmaşii săi.

Factorii de mediu pot varia de la un loc la altul şi de la o perioadă de timp la alta. O trăsătură care este favorabilă într-un anumit loc, la un anumit moment poate fi inutilă în alte condiții, sau chiar în detrimentul speciei (*ibidem*). De exemplu, capacitatea noastră de a apuca cu mâna, care se datorează existenței unui deget opozant celorlalte patru, este foarte utilă pentru crearea tuturor uneltelor care ne-au făcut specie dominantă pe pământ. Totuşi, această trăsătură ar fi în detrimentul nostru dacă am sta într-un loc plin de prădători şi ar trebui să ne urcăm rapid în copaci pentru a

scăpa de ei. În acest caz, ne-ar fi utile ghearele, care, la rândul lor, ne-ar împiedica să mânuim fin anumite scule.

Pe lângă selecția naturală, în *Originea speciilor*, Darwin distingea şi alte două forme de selecție: selecția artificială şi selecția sexuală. **Selecția artificială** (s.n. împerechere selectivă) se referă la acțiunea deliberată a omului de a împerechea anumite animale în funcție de anumite trăsături genetice pe care le posedă şi care le-ar putea mări urmaşilor şansele de supraviețuire şi reproducere.

Selecția sexuală nu este legată lupta pentru supraviețuire, ci de „lupta dintre masculi pentru posesiunea unor femele; rezultatul nu este moartea competitorului fără succes, doar mai puțini urmaşi sau nici unul pentru acesta" (Darwin, 1998, p. 69; continuarea în caseta alăturată). De asemenea, selecția sexuală poate fi dependentă de selecția de către femelă a masculului cu caracteristicile cele mai favorabile. Nu foarte de mult (1980), a fost descoperit faptul că selecția sexuală şi competiția continuă şi în perioada postcopulatorie. Acesta se întâmplă în corpul femelei, unde are loc aşa-numita competiție a spermatozoizilor (echivalentul competiției ce are loc între masculi în perioada precopulatorie), precum şi selecția feminină, ovariană (Eberhard, 2009).

„Selecția sexuală este, prin urmare, mai puțin riguroasă decât selecția naturală. În general, cei mai viguroşi masculi, aceia care sunt cei mai bine adaptați în natură, vor avea cei mai mulți urmaşi. Dar în multe cazuri, victoria va depinde nu de vigoarea generală, ci de anumite arme speciale disponibile doar sexului masculin" (**Charles Darwin**, 1998, p.69).

Evoluționismul şi psihologia

Era normal ca teoria evoluționistă să aibă impact şi asupra psihologiei. Acest lucru a fost prevăzut de însuşi Darwin care scria că „psihologia va fi bazată pe o nouă fundație, aceea a necesității achiziției graduale a fiecărei puteri şi capacități mentale" (Darwin, 1998, p.367). Într-adevăr, evoluționismul a pus bazele unei noi fundații pentru psihologie, dar istoria acestui demers este una obscură. Se pare că psihologia evoluționistă îşi are originile în studiile etologilor Konrad Lorentz şi Niko Tinbergen (etologia este ştiința comportamentului animal). Acesta din urmă era de părere că studiul evoluționist al comportamentului trebuie să răspundă la patru întrebări: (1) ce stimul provoacă comportamentul şi ce mecanisme fiziologice mediază răspunsul? (2) cum influențează comportamentul experiența dobândită de individ de-a lungul creşterii şi dezvoltării? (3) ce valoare are comportamentul pentru supraviețuire şi reproducere? şi (4) care este istoria evoluției comportamentului? (Campbell, Reece, 2008). Psihologii au răspuns în diferite moduri la aceste întrebări.

În 1975, Edward Wilson introduce termenul de **sociobiologie**, care desemnează o nouă ramură a biologiei, preocupată de evoluția relațiilor sociale (Wilson, 1980). Aplicată doar la societățile nonumane, această carte nu ar fi stârnit controverse, dar Wilson introduce şi un capitol despre societatea umană. Din sociobiologie au apărut două direcții de cercetare: ecologia comportamentului şi psihologia evoluționistă.

Evoluţia omului de la apariţie până în Antichitate

Aprox. 2 milioane de ani î.Hr.
Apariţia omului în Rift Valley (Kenya), Homo Habilis: cultura Pebble.
Aprox. 600 000 î.Hr.
Paleoliticul vechi: Archantropus (omul primitiv), Homo Erectus: toporul de piatră, focul.
Aprox. 70 000 î.Hr.
Apariţia Neaderthalului.
Aprox. 35 000 î.Hr.
Apariţia lui Homo Sapiens (Sapiens) în Orientul Apropiat.
Aprox. 30 000 î.Hr.
Sciziunea în trei mari grupe umane: negroizi, europoizi şi mongoloizi.
Aprox. 14 000 î.Hr.
Arcul şi săgeata, în Europa.
Aprox. 8 000 î.Hr.
Sfârşitul ultimei epoci glaciare şi apariţia producţiei agricole.
Aprox. 7 000 î.Hr.
Prima aşezare urbană în Ierihon mazăre, linte, orz, grâu.
Aprox. 3 300 î.Hr. (?)
Apariţia sumerienilor şi a primilor semiţi.
Aprox. 3 100 î.Hr.
Apariţia culturii superioare în Sumer şi Egipt: primele scrieri – naşterea civilizaţiei.
754 î.Hr. – Începuturile Greciei.
753 î.Hr. – Fondarea Romei („*Ab urbe condita*").

După Imanuel Geiss, *Istoria lumii*, Editura All, 2008.

Ecologia comportamentului uman este interesată de natura adaptativă a comportamentului uman în condiţiile sale curente. Dintr-un anumit punct de vedere, ecologia comportamentului este interesată în principal de diferenţele comportamentale dintre indivizi (oferind astfel un complement geneticii comportamentului) şi de modul în care aceste diferenţe sunt adaptative pentru diferite medii în care trăiesc indivizii. Asumpţia de bază este că oamenii îşi optimizează strategiile comportamentale, iar cercetătorii depun mari eforturi pentru a crea modele matematice ale optimizării. Cea mai des întâlnită critică a ecologiei comportamentului este accea că studiază *funcţia curentă* a comportamentului şi nici un *proces evolutiv* (Hendrick, 2004). Această critică vine în special din partea celor care s-ar numi psihologi evoluţionişti.

Aceştia consideră că „datorită faptului că evoluţia pe bază de selecţie este singurul proces cauzal cunoscut care este capabil să producă componentele fundamentale ale naturii umane, toate teoriile psihologice sunt implicit sau explicit evoluţioniste" (Buss, 2001, p.36). Dar asta nu e tot. Psihologia a asistat şi la naşterea unui domeniu distinct: **psihologia evoluţionistă**, un domeniu încă tânăr se pare (Buss, 2005; Millon, 2003; Hendrick, 2005). Hendrick (2005) a consultat în 2003 baza de date PsychINFO şi a găsit sintagma „evolutionary theory" citată de 638 de ori. Din aceste citări, doar 77 datează din perioada 1887-1980! Nu credem că mai este nevoie de alte explicaţii. Dar *ce* este psihologia evoluţionistă?

Scarr (1995) atrage atenţia asupra faptului că psihologia evoluţionistă se focalizează pe ceea ce este *tipic* în căutarea legilor evoluţioniste generale ale comportamentului, în contrast cu genetica comportmanentului, care se focalizează pe variaţii şi diferenţe interindividuale (*apud ibidem*). Tooby şi Cosmides consideră că „scopul pe termen lung către care tind psihologii evoluţionişti este cartografierea (*mapping*) naturii noastre umane universale" (2005, p. 5). Această cartografiere înseamnă pentru autori modele validate empiric şi înalt rezolutive ale mecanismelor evoluate (care au evoluat de-a lungul istoriei) care constituie împreună natura umană în universalitatea sa. Acestea modele ar trebui să ţină cont de natura computaţională a proceselor psihice şi să includă bazele neuronale, bazele dezvoltării şi bazele genetice ale acestor mecanisme şi, de asemenea, să evidenţieze legături cu alte specii.

O definiţie simplă şi cuprinzătoare ne oferă Baulieu şi Bugental. Pentru ei, „*psihologia evoluţionistă este o abordare teoretică preocupată cu procesele prin care oamenii au evoluat astfel încât să rezolve probleme recurente din istoria noastră evolutivă*" (2006, p.158). Ce natură au aceste procese? Sunt ele *cognitive* (mentale) sau sunt *pur şi simplu comportamente* ale căror consecinţe vizează, într-un fel

sau altul supravieţuirea şi reproducerea? Desigur, tot ce putem observa este comportamentul, dar întrebarea rămâne dacă mai există şi altceva. Darwin credea că evoluţia speciei noastre poate şi trebuie să explice apariţia minţii, dar alţi naturalişti – cum ar fi Alfred Russel Wallace (1823-1913), care a publicat înaintea lui Darwin o teorie a evoluţiei speciilor – credeau că mintea nu-şi poate găsi locul în cadrul teoriei evoluţiei. De asemenea, şi neurologii au fost în general rezervaţi în ceea ce priveşte mintea. S-a spus că s-ar putea să nu aflăm niciodată cum a evoluat mintea pentru că nu rămâne nimic care ar putea fi descoperit de către paleontologi (*cf* Skinner, 1990). Cei mai mulţi psihologi evoluţionişti studiază totuşi mintea, dar au o definiţie relativ fizicalistă pentru aceasta, după cum se poate observa în caseta de mai jos.

„Când vorbesc despre minte*, psihologii evoluţionişti, înţeleg, ca şi psihologii cognitivişti, setul de dispozitive de procesare a informaţiei, implementate în ţesutul nervos, care sunt responsabile pentru toată activitatea mentală conştientă sau neconştientă, care generează întregul comportament şi care reglează funcţiile corpului. (...) Unealta principală care le permite psihologilor evoluţionişti să ajungă dincolo de psihologia tradiţională în ceea ce priveşte studiul minţii este faptul că, în cercetările lor, ei se folosesc din plin de un aspect al realităţii peste care se trece uşor cu vederea: programele care cuprind mintea umană au fost proiectate de selecţia naturală pentru a rezolva probleme cum ar fi găsirea unui partener, cooperarea cu cei vii, vânătoarea, culesul, protejarea copiilor, navigarea, evitarea prădătorilor şi a eploatării ş.a.m.d. Aceste cunoştinţe îi permit psihologului evoluţionist să abordeze studiul minţii ca un inginer. Se începe prin specificarea atentă a unei probleme de procesare a informaţiei cu valoare adaptativă; apoi se face o analiză a sarcinii, care constă în identificarea proprietăţilor pe care ar trebui să le aibă un program pentru a rezolva cum trebuie o problemă. Această abordare permite generarea unor ipoteze în legătură cu structura programelor care cuprind mintea, ipoteze care apoi pot fi testate”* (**John Tooby** şi **Leda Cosmides**, 2005, p.16)

„ ...selecţia naturală a unui comportament adaptativ în istoria evoluţiei noastre nu garantează că acest comportament va fi în continuare adaptativ, în mediul curent. De fapt, cercetătorii arată că multe reacţii sociale din lumea de azi care par a fi dăunătoare atât sinelui cât şi altora (de ex, agresiunea în grupuri) e posibil să fi avut o funcţie adaptativă în trecutul nostru evolutiv (de ex, apărarea resurselor de competitorii din afara grupului)” (**David Baulieu** şi **Daphne Bugental,** 2006, p.158).

Dacă există o psihologie evoluţionistă, atunci trebuie să existe şi o personologie evoluţionistă, adică nişte teorii evoluţioniste ale personalităţii. La baza acestora este necesar să stea trei principii fundamentale ale evoluţionismului: *principiul variaţiei*, *principiul succesiunii* (*moştenirii*) şi *principiul adaptării*. Acţionând după aceste principii, procesul evolutiv dă naştere la trei tipuri de produse: adaptarea, produsele secundare şi zgomotul.

Teorii evoluţioniste ale personalităţii

Principalul produs este **adaptarea**. Apogeul unei adaptări este apariţia unor proprietăţi care folosesc la rezolvarea problemelor (adaptative). Aceste adaptări se potrivesc cu rezolvarea proble-

„Precum nişte corăbii plutind în noapte, biologia evoluționistă şi ştiințele sociale rareori au luat seamă serios una de cealaltă, deşi, indiscutabil, multe tratate introductive de psihologie oferă un răsunet obligatoriu al claxonului Darwinian pe undeva prin primele capitole" (**David Barash** *apud* Millon, 2003, p.7*).*

melor ca o cheie în broască. De exemplu, forma mâinii este special făcută pentru apucat. Ne putem da seama astfel că majoritatea comportamentelor nu sunt datorate unor evenimente întâmplătoare, ci au avut valoare adaptativă cândva (şi poate încă mai au).

Produsele secundare, dimpotrivă, se caracterizează tocmai printr-un caracter întâmplător. De exemplu, buricul nu are valoare pentru supraviețuire, dar cordonul ombilical, a cărui rămăşiță este, are. Mai mult decât atât, produsele secundare variză în ceea ce priveşte forma, mărimea, repetabilitatea (comportamentului) etc. Numim aceste variații **zgomot** (*noise*) (Baulieu, Bugental, 2006).

Nu putem spune că la momentul actual există vreo teorie evoluționistă a personalității foarte strict elaborată, dar eforturile sunt promițătoare (pentru o trecere cuprinzătoare în revistă, vezi Figueredo *et al*., 2005). Tooby şi Cosmides (2005) sugerează că diferențele interpersonale moştenite nu rezultă din adaptări personale unice. Folosind un cadru psiho-evoluționist, ei sugerează că personalitatea este un produs al diferențelor de mediu în care trăiesc persoanele. După ei, diferențele psihologice dintre oameni şi culturi sunt produsele diferitelor „psihologii manifeste" bazate pe o psihologie subiacentă, înnăscută şi universal dezvoltată. Dezvoltându-se în diferite medii, această psihologie produce manifestări diferite.

David Buss (1991; 2001), plecând de la ideile lui Tooby şi Cosmides şi bazându-se pe anumite dovezi empirice, consideră că diferențele interindividuale cu siguranță nu sunt produse secundare sau zgomot, ci reflectă anumite *strategii de adaptare*. Ca şi Tooby şi Cosmides, Buss pune accentul în principal pe rolul mediului în formarea trăsăturilor, fiind de părere că oricine poate dezvolta orice fel de trăsături, dată fiind situația corespunzătoare. La baza perspectivei lui Buss stă conceptul de *mecanism psihologic evoluat* (= rezultat al evoluției). „Premisa centrală a psihologiei evoluționiste este că principalul mod nearbitrar de a identifica, descrie şi înțelege mecanismele psihologice este a arăta că acestea au fost concepute pentru a rezolva probleme adaptative" (Buss, 2001, p.39).

Theodore Millon (2003) oferă un model „brut" care priveşte „stilurile personalității". Modelul are la bază patru domenii sau sfere ale principiilor evoluționiste şi ecologice: existența, adaptarea, replicarea şi abstractizarea. Se mai numeşte şi „modelul tripolar" (*three-part polarity model*) datorită faptului că primele trei domenii se referă la anumite polarități psihice, după cum vom vedea. *Existența* se referă la transformările neaşteptate (*serendipitous*) ale unor stări efemere sau mai puțin organizate (sau ambele) în anumite stări cu o mai mare stabilitate sau organizare (sau ambele). Existența înseamnă formarea şi susținerea fenomenelor observabile, a proceselor evoluției care îmbunătățesc viața şi a polaritatății

psihice *plăcere-durere*. *Adaptarea* se referă la procesele homeostazice ce susţin supravieţuirea în ecosistemele deschise şi la polaritatea psihică *pasivitate-activitate*. *Replicarea* se referă la stilurile reproductive care maximizează diversificarea şi selecţia atributelor ecologice eficiente. Se referă la strategiile utilizate în replicarea organismelor efemere şi la polaritatea psihică *sine-altul*. Aceste trei domenii reprezintă, pe de altă parte, *stadii* de evoluţie. Al patrulea şi cel mai recent stadiu (şi cel mai important în viziunea autorului) este *abstractizarea*, care se referă la proprietăţile cognitive ale inteligenţei. Reprezintă capacitatea reflectivă de a transcede imediatul şi concretul, în esenţă, reprezintă un *salt cuantic* în potenţialul evolu-tiv de schimbare şi adaptare. La prima vedere, modelul lui Millon poate părea mai degrabă filosofic, cu anumite tente mistice, dar autorul îşi bazează asumpţiile pe o sinteză din diferite domenii *ştiinţifice*. El integrează fizica cuantică, genetica moleculară, biologia evoluţionistă şi aproape toate curentele psihologice. Evoluţia este privită nu doar la nivel global, ci universal. Este un model elegant, dar rămâne să vedem dacă se transforma „neaşteptat dintr-o stare efemeră, puţin organizată" într-o forţă a psihologiei sau nu.

„Psihologia evoluţionistă a personalităţii totuşi nu este nici simplă, nici uşoară. Ea pretinde o stăpânire aprofundată a biologiei evoluţioniste. Multe încercări de a folosi teoria evoluţionistă s-au dovedit ieftine din punct de vedere conceptual" (**David Buss**, 1991, p.556).

- Selecţia naturală este procesul prin care indivizii care au anumite trăsături moştenite eficiente supravieţuiesc şi se reproduc mai mult decât alţi indivizi.

- Psihologia evoluţionistă este o abordare teoretică preocupată de procesele prin care oamenii au evoluat astfel încât să rezolve probleme recurente din istoria noastră evolutivă; deci, premisa centrală a psihologiei evoluţioniste este că mecanismele psihologice au fost concepute pentru a rezolva probleme adaptative (adică au fost selectate natural).
- Cele trei principii ale evoluţionsimului, şi impli-cit ale psihologiei evoluţioniste, sunt variaţia, succesiunea (moştenirea) şi adaptarea; acţionând după aceste principii, procesul evolutiv dă naştere la trei tipuri de produse: adaptarea, produsele secundare şi zgomotul.
- David M. Buss şi Theodore Millon sunt autorităţile actuale în domeniul psihologiei evoluţioniste; reţineţi, în linii mari, teoriile lor.

1. Se poate observa selecţia naturală în societatea contemporană?
2. Care mare curent al psihologiei credeţi că a fost influenţat cel mai mult de conceptul lui Darwin de „selecţie sexuală" ?
3. Puteţi găsi o explicaţie mai bună pentru procesele psihice decât aceea că ele au scopul final de a rezolva problemele adaptative (cu alte cuvinte, că au valoare pentru supravieţuire şi reproducere) ?

BEHAVIORISMUL RADICAL

În acest capitol

→ condiționarea operantă
→ programele de întărire
→ analiza comportamentului și aplicațiile ei
→ personalitatea și sinele

Este mintea o tablă ştearsă (*tabula rasa*) la naştere, iar toate cunoştințele se acumulează în timp, sau avem cunoştințe înnăscute? Părerile au fost mereu împărțite între filosofi, cei care consideră mintea tabula rasa numindu-se empirişti (Bacon, Hobbes, Hume, Locke, Mill), iar ceilalți raționalişti (Descartes, Spinoza). Leibniz este un caz special. La început credea că nimic nu există în minte care să nu fi trecut înainte prin simțuri, iar mai târziu adaugă că nimic în afară de minte (intelect). Plecând de la această idee, Piaget a explicat cum se achiziționează cunoştințele datorită structurilor înnăscute ale inteligenței. Este mintea în totalitate conştientă? Nu. Psihanaliştii au arătat că există şi o parte inconştientă a minții, care conține „reprezentări învestite libidinal" şi care reprezintă o cauză principală a comportamentului. Dar iată o întrebare şi mai *radicală*: *există mintea*? Încă de la Platon (dar nu şi înainte de el) toată lumea vorbeşte despre minte, iar în cele două milenii de dezbateri asupra minții, nimeni nu a reuşit să spună *ce* este. Majoritatea nici nu au considerat că este nevoie de aşa ceva, ci mai degrabă, după cum am văzut, au considerat că trebuie să explice cum funcționează aceasta. Încă o problemă este distincția între minte şi alți termeni, cum ar fi intelect, suflet, psihic ş.a., precum şi legătura dintre aceasta şi corp. Psihologii cognitivişti cred că au rezolvat în mare aceste probleme, realizând o cercetare ştiințifică riguroasă asupra minții, care a devenit sistem cognitiv, sistem cu capacitate de reprezentare şi calcul. Le mai rămâne să arate *unde se află* acest sistem.

Figura 7.1. John Broadus Watson (1878-1958)

După cum arătam în capitolul precedent, Darwin considera că mintea se poate explica prin evoluția speciilor, iar această idee a sa era susținută de studiile altor naturalişti, care găseau manifestări „inteligente" la alte animale. Inevitabila reacție la acest argument a venit din partea lui Lloyd Morgan (1900), care considera că aceste manifestări pot fi explicate altfel. Dacă există alte explicații pentru procesele mentale ale organismelor mai puțin evoluate, atunci de ce n-ar exista şi pentru om? Aşa s-a gândit **John Watson**, care în 1913 publica un articol intitulat *Psychology as the Behaviorist Views It* (*Psihologia aşa cum o vede un behaviorist*). Acesta este considerat momentul naşterii behaviorismului, care, după psihanaliza apărută cu peste un deceniu înainte (şi care considera behaviorismul naiv), a

devenit cel mai influent curent în psihologie. Primul paragraf al acestui articol sintetizează întreaga filosofie behavioristă (vezi caseta din dreapta).

Dispensându-se de explicaţiile mentaliste, Watson a făcut loc pentru o analiză ştiinţifică. Pe lângă Morgan, o mare influenţă asupra lui Watson a avut şi Edward Thorndike, care, deşi a rămas mentalist, prin experimentele sale a oferit o explicaţie alternativă la a „raţionării": *legea efectului* (răspunsurile la o situaţie care sunt urmate de satisfacţie sunt întărite; răspunsurile care sunt urmate de discomfort – reduse). De asemenea, şi Ivan Pavlov, care tocmai începea să fie apreciat în America, a avut o oarecare influenţă asupra lui Watson, dar studiile acestuia din urmă asupra comportamentului şoarecilor în labirinturi, precum şi conceptul de „habitudine" nu prea s-au împăcat niciodată cu condiţionarea pavloviană (*cf* Skinner, 1959). Totuşi, Watson a demonstrat condiţionarea unei emoţii la un copil (micul Albert), împreună cu studenta care a devenit soţia lui, Rosalie Rayner. Ei susţineau că copiii sunt născuţi cu trei emoţii de bază: frică, furie şi dragoste. Pentru a testa aceasta (sau măcar o parte), ei au luat un copil sănătos, în vârstă de 9 luni, care nu prezenta nici o teamă la nici un stimul până când Watson şi Rayner au provocat un zgomot puternic în spatele capului copilului, lovind o bară de metal. Albert a început să tremure şi să plângă. Peste două luni, au adus un şoarece alb, pentru care Albert nu simţea frică la început, dar după ce l-a atins, experimentatorul a provocat acelaşi zgomot puternic, iar Albert s-a speriat. Repetând acest proces, Albert a ajuns să se teamă nu numai de şoarecele alb, ci şi de alţi stimuli asemănători, cum ar fi un iepure, un câine, o haină de blană albă etc. Watson şi Rayner au concluzionat că emoţiile pot fi la fel de bine provocate direct, cât şi prin asociaţie (condiţionare) şi că „ele persistă şi modifică personalitatea de-a lungul vieţii" (1920, p.12).

Dat fiind faptul că „nimeni n-a atins vreodată un suflet", psihicul uman este o *cutie neagră*, iar întreaga sferă a vieţii psihice este împărţită în trei clase de organizări comportamentale: **viscerale** (emoţii), **motorii** şi **laringeale** (limbajul, gândirea). Cum conceptualiza Watson **personalitatea** se poate vedea în caseta alăturată. O astfel de perspectivă nu oferea prea multe explicaţii. Personalitatea umană era mai mult decât atât. În anii ce au urmat, au apărut aşa-zişii neobehaviorişti (Edward Tolman şi Clark Hull), care au reintrodus mintea (conştiinţa) între stimul şi reacţie. Aceştia erau mai degrabă cognitivişti, iar „Tolman este pe bună dreptate considerat unul dintre părinţii cognitivismului modern" (Richelle, 1993, p.10). În acest ritm, neobehaviorismul părea să reprezinte mai degrabă „stingerea" behaviorismului. Acest lucru nu s-a întâmplat,

„Psihologia, aşa cum o vede un behaviorist, este o ramură pur obiectivă şi experimentală a ştiinţelor naturii. Scopul ei teoretic e predicţia şi controlul comportamentului. Introspecţia nu este una din metodele sale esenţiale, iar valoarea ştiinţifică a datelor nu este dependentă de uşurinţa cu care sunt interpretate acestea în termeni de conştiinţă. Behavioristul, în eforturile sale de a obţine o schemă unitară a răspunsurilor animalelor, nu face nici o diferenţiere între om şi animal. Comportamentul uman, cu tot rafinamentul şi complexitatea sa, reprezintă doar o parte din schema integrală de cercetare a behavioristului" (**John Watson**, 1913, p.158).

„Definesc personalitatea ca suma activităţilor care pot fi descoperite prin observaţia comportamentului pe o perioadă destul de îndelungată încât să poată oferi informaţii de încredere. Cu alte cuvinte, personalitatea nu este decât produsul final al habitudinilor noastre" (**John Watson**, 1925, p.220).

Figura 7.2. Burrhus Frederic Skinner (1904-1990)

totuşi, deoarece printre aceşti neobehaviorişti exista şi **Burrhus Frederic Skinner**. Acesta urma să ducă behaviorismul pe culmile gloriei, devenind totodată cel mai influent psiholog din toate timpurile (Haggbloom *et al.*, 2002) şi aproape o vedetă în America în perioada activității sale (Richelle, 1993). Datorită faptului că între timp apăruseră mai multe feluri de behaviorism, Skinner nu-şi putea denumi filosofia pur şi simplu behaviorism, cum a denumit-o Watson, chiar dacă şi el considera că mintea sau orice alt construct interior nu poate fi o cauză a comportamentului. De accea, el a introdus conceptul de **behaviorism radical**, în 1945 (Schneider, Morris, 1987). Când auzim de „radical", putem avea o imagine a unui extremist, care nu vrea să audă de altceva în afara părerilor sale. Aceasta se datorează faptului că uităm că termenul de radical se trage din latinescul *radix*, care înseamnă rădăcină. Tocmai aceasta ar putea fi cea mai bună definiție a behaviorismului radical: curentul psihologic care încearcă să găsească rădăcinile comportamentului, să pătrundă cât mai adânc cauzele acestuia, fără a vorbi despre cauze incognoscibile, cum ar fi mintea, pulsiunile ş.a..

Un fapt curios este că adesea i se reproşează lui Skinner că ignoră anumite procese, cum ar fi percepția, reprezentările, memoria, gândirea, limbajul etc., dar Skinner a scris extensiv despre toate acestea (Skinner, 1953; 1957; 1976; 1977; 1990). Skinner nu neagă existența tuturor fenomenelor observate de cercetătorii din alte curente psihologice, dar pune la îndoială *natura* lor şi încearcă o redefinire în termeni comportamentali, eliminând astfel orice metafizică din psihologie. Astfel, în loc de memorie, vom vorbi de *memorare*, gândirea va fi considerată un comportament ascuns, percepția are un caracter operant (vom vedea mai târziu ce înseamnă asta), ca şi toate celelalte procese de altfel, motivația este reconceptualizată în termeni de privare şi sațietate (adică nu mai există o tensiune „interioară"), iar emoția este un fenomen visceral, dar ea nu constituie niciodată o cauză a comportamentului, ci doar un efect colateral. Introspecția nu este alungată din repertoriul metodelor psihologiei, deoarece behaviorismul radical „nu neagă posibilitatea autoobservației sau autocunoaşterii. (...) [acesta] restaurează introspecția, dar nu ceea ce filosofii şi psihologii introspecționişti au crezut că «spectează», şi pune problema cât de mult se poate observa din propriul organism" (Skinner, 1976, p.18). În concluzie, Skinner respinge doar ideea unei minți non-fizice, nu şi evenimentele particulare, private.

De asemenea, e posibil să mai auziți că behaviorismul radical ignoră zestrea ereditară, ceea ce nu este deloc adevărat, doar că nu se ocupă în mod special de ea. Skinner identifică cel puțin 20 de critici nefondate aduse la adresa behaviorismului, pe care încearcă

„Cel cu adevărat radical este cel care încearcă să ajungă la rădăcinile lucrurilor, să nu fie distras de aspectele superficiale, să poată să vadă pădurea, nu doar copacii. Este bine să fii radical. Oricine gândeşte profund *va fi unul"*

(**Scott Peck**, *apud* Kohlenberg, Tsai, 2007, p.3).

să le clarifice (1976), dar printre ele nu se află cea care ni se pare de-a dreptul hilară şi care este întâlnită în special în literatura românească: behaviorismul radical nu *explică* comportamentul! Asta ar putea fi adevărat în ceea ce priveşte behaviorismul watsonian, care nu explica decât o mică parte a comportamentului, dar behaviorismul radical a reuşit să ofere explicaţii pertinente şi cu o foarte riguroasă bază experimentală unei game foarte largi de comportamente şi să ofere o perspectivă nouă şi originală asupra personalităţii. Dar cum a ajuns Skinner să gândească în felul acesta?

Încă de tânăr, Skinner dorea să fie un scriitor, dar nu a reuşit să realizeze nici o altă operă literară decât romanul utopic *Walden Two*, care este bazat tot pe principiile behaviorismului radical. În podul casei părinţilor săi, Skinner avea un mic birou, unde se ducea în fiecare zi de dimineaţă şi încerca să scrie. Acest lucru s-a întâmplat timp de 18 luni, fără nici un rezultat, această perioadă fiind numită de el „anul întunecat". După această depresie majoră, a dat din întâmplare peste o carte a lui Bertrand Russell (*Philosophy*), în care marele filosof şi matematician discuta şi despre noua doctrină behavioristă. După ce a citit operele lui Pavlov şi Watson, a fost foarte determinat să devină behaviorist. Fără a sta prea mult pe gânduri, a urmat un curs de psihologie la Harvard, unde şi-a petrecut în mare parte cariera de psiholog, ca student, apoi ca şi cercetător şi profesor (Feist, Feist, 2006). Descoperirile făcute de el în laborator au fost extrapolate la viaţa socială, aducând contribuţii semnificative armatei, organizaţiilor şi educaţiei. De asemenea, publicaţii precum *Revoluţia ştiinţifică a învăţământului, Dincolo de Libertate şi Demnitate* sau romanul utopic *Walden Two,* precum şi numeroase articole, conţin o filosofie politică ce promite multe pentru bunăstarea şi prosperitatea societăţii, dar care se poate confunda uşor cu dictatura. În principiu, Skinner afirmă că omul nu deţine o voinţă proprie sau liber arbitru, ci este controlat de stimulii din exterior. Degeaba vom lăsa omul să aleagă pentru el ce e mai bine, degeaba îi vom acorda aşa-zisa libertate, asta nu înseamnă decât că vom elimina pedepsele, dar nu e de ajuns. *Dincolo de libertate şi demnitate* ar trebui să existe o ştiinţă a comportamentului, care să permită unor oameni să-i *înveţe* pe ceilalţi comportamentele cu valoare adaptativă pe termen lung (Skinner, 1948/2005). După cum spune Skinner, „fără îndoială [noi] am comis greşeli. Am descoperit, probabil prea repede, din ce în ce mai multe căi eficiente de a ne controla lumea, şi nu le-am folosit mereu cu înţelepciune, dar nu mai putem să ne oprim din a controla lumea, la fel cum nu putem să ne oprim din respirat sau digerat hrana. Controlul nu este o fază trecătoare. Nici un mistic sau ascetic nu a încetat vreodată să-şi controleze lumea din jur; acesta o controlează pentru a se controla

„Încă îmi place definiţia mea a behaviorismului radical mai mult decât oricare alta pe care am văzut-o până acum: ***behaviorismul radical este efectul pe care se întâmplă să-l aibă gândirea lui Skinner asupra oamenilor****. Ceea ce-mi place la această definiţie este că este* comportamentală: *în esenţă, este o descriere generală, sau stenografică, a unui set special de contingenţe"* **(Willard Day**, 1987, p.13)

pe sine. Nu putem alege un mod de viaţă în care nu există nici un control. Putem schimba doar condiţiile sub care apare controlul" (Skinner, 1976, p.209). Observăm că, în esenţă, mesajul lui Skinner este umanist şi pozitiv, dar oferă de asemenea şi „calea" (în sens concret, nu mistic), spre deosebire de alte filosofii.

Condiţionarea operantă

Dar care a fost contribuţia lui Skinner la ştiinţa comportamentului? Am văzut că din punctul de vedere al behavioristului tradiţional (Watson, Pavlov), omul este pur şi simplu o fiinţă reactivă, dar oricine poate observa că atât el însuşi, cât şi ceilalţi oameni şi chiar animalele au *comportamente direcţionate către un scop*. Cum putem găsi acest scop fără a vorbi despre minte? Aceasta este întrebarea la care a încercat să răspundă Skinner prin experimentele sale, iar teoria pe care a propus-o ca răspuns la această întrebare poartă numele de **condiţionare operantă**. Condiţionarea operantă este un model mult mai complex decât condiţionarea clasică şi rezolvă problema orientării acţiunii către scop (fără a introduce conştiinţa în schemă), ducând mai departe ideea lui Thorndike că un comportament se va repeta în funcţie de consecinţele sale (Skinner, 1953). Astfel, arată Skinner, „o formulă S-R nu are nici un răspuns [pentru orientarea către scop], dar comportamentul operant este tocmai domeniul scopului şi intenţiei. Prin însăşi natura sa este direcţionat către viitor: o persoană acţionează *deoarece* ceva se va întâmpla" (Skinner, 1976, p. 61).

După spusele lui Skinner (susţinute de experimente elocvente, în care, de exemplu, porumbei sunt învăţaţi să distingă cuvinte sau să joace ping-pong), organismele sunt prin natura lor operante, ceea ce înseamnă că acţionează (operează) asupra mediului. Nici una dintre aceste acţiuni nu va rămâne fără consecinţe. În funcţie de aceste consecinţe, distingem între **întărirea pozitivă** (creşterea frecvenţei sau probabilităţii de apariţie a unui comportament în urma unei apariţiei unui stimul pozitiv/întăritor), **întărirea negativă** (creşterea probabilităţii de apariţie a unui comportament în urmă înlăturării unui stimul negativ/aversiv) şi **pedeapsă** (care ar trebui să conducă la stingerea comportamentului – ca şi lipsa stimulului întăritor –, dar care, arată Skinner, nu este eficientă decât în condiţii de laborator, fiind necesară aplicarea imediată şi foarte severă). Prin urmare, schema clasică S-R este înlocuită de **R-S-R**. Explicaţia pentru intenţionalitatea comportamentului trebuie căutată, deci, în *istoria* (*întăririlor*) *persoanei*. Dacă acţiunea asupra mediului (aprinderea accidentală a unor paie) a avut consecinţe pozitive (încălzirea individului, prăjirea alimentelor), atunci comportamentul va fi repetat (descoperirea focului prin întărire pozitivă). Deşi experienţa unei reacţii emoţionale de plăcere *însoţeşte* adesea întărirea pozitivă, o senzaţie de uşurare – întărirea negativă şi

„Fiecare aşa-numit proces cognitiv are un model fizic. Asociem *obiectele punându-le unul lângă altul.* Stocăm *documente şi le* recuperăm *pentru a fi folosite altă dată.* Comparăm *obiecte punându-le unul lângă altul pentru a evidenţia diferenţele.* Discriminăm *obiectele între ele separându-le şi tratându-le în moduri diferite.* Identificăm *obiecte izolându-le de ambianţele confuzante.* Abstractizăm *seturi de obiecte din mulţimi complexe. Descriem contingenţele de întărire prin reguli. Aceastea sunt acţiuni ale persoanelor reale. Ele devin procese mentale doar când vorbim de fantezista lume interioară a unei persoane (...)Trebuie să ne schimbăm comportamentul şi putem face aceasta doar prin schimbarea mediilor noastre fizice şi sociale. Pornim cu stângul dacă presupunem că scopul nostru este să schimbăm «mintea şi inima bărbaţilor şi femeilor» şi nu lumea în care aceştia trăiesc"* (**Frederic Skinner**, 1977, pp.7-10).

durerea – pedeapsa, aceastea nu trebuie confundate cu întărirea sau stingerea comportamentului (care sunt procese neconştientizate), nici considerate posibile cauze ale comportamentului.

Totalitatea consecinţelor (stimulilor/variabilelor) care provoacă o întărire sau o stingere a comportamentului au fost denumite **contingenţe de întărire**. Acestea pot fi contingenţe de supravieţuire (care au acţionat asupra comportamentului de-a lungul evoluţiei speciilor), contingenţe care formează şi menţin un repertoriu comportamental care transformă fiecare membru al speciei într-o persoană şi contingenţe care apar ca ocazii de întărire a comportamentului. În majoritatea cazurilor, contingenţele apar natural, spontan.

Condiţionarea operantă vine în completarea selecţiei naturale. De-a lungul evoluţiei speciilor, acestea s-au adaptat la acţiunea selectivă a mediului, formând diferite sisteme fiziologice şi comportamente care să permită fiinţei să supravieţuiască. Dar asta nu era de ajuns, deoarece în timpul vieţii sale, o fiinţă nu rămâne într-un singur loc, prin urmare mediile se schimbă, iar pentru supravieţuire, este necesară o adaptare la fiecare mediu sau evitarea mediilor noi. Aceasta se întâmplă datorită condiţionării operante, motiv pentru care, dacă fenomenul descoperit de Darwin se numeşte *selecţie naturală*, cel descoperit de Skinner mai este numit şi **selecţie în funcţie de consecinţe** (*selection by consequences*). Comportamentul operant (pe scurt, operantul) va fi ales în funcţie de consecinţele sale. Unele comportament operante sunt înnăscute (rezultate ale evoluţiei speciilor), care vor avea, la rândul lor, consecinţe care le vor întări sau stinge. De exemplu, o răţuşcă de-abia ieşită din ou, se îndreaptă către mama sa* (sau către un obiect apropiat de dimensiuni cel puţin la fel de mari ca ale raţei) pentru că această acţiune, în general, o aduce pe mama sa mai aproape şi îi oferă siguranţă. În condiţii de laborator, însă, dacă apropierea de obiect (mama) îl face pe acesta să se depărteze, iar îndepărtarea de el îl face să se apropie, atunci rătusca va repeta comportamentul de îndepărtare faţă de acesta (Skinner, 1976).

Dacă vrem să controlăm un comportament, trebuie să ştim dacă un anume stimul acţionează ca un **agent de întărire** (*reinforcer*). Cum putem şti asta? Putem specula asupra posibilelor sale efecte asupra unui comportament, dar cel mai bine este să observăm dacă se repetă sau nu comportamentul în urma expunerii la acest stimul (Skinner, 1953). De exemplu, într-un dispozitiv clasic, *cutia skinneriană* (fig.7.3.), un porumbel înfometat (**privat** de hrană) apasă din întâmplare apasă pe o pârghie sau ciocăneşte un disc şi îi este oferită foarte repede hrana. Vom observa că acest

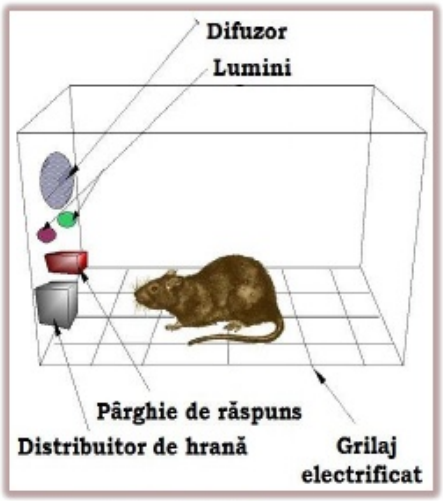


Figura 7.3. Cameră de condiţionare operantă (cutie skinneriană). Conţine pârghia de răspuns pe care va apăsa subiectul pentru primirea hranei din distribuitor, un difuzor şi lumini, pentru emiterea sunetelor şi culorilor ce vor deveni agenţi secundari de întărire (vezi text). Într-un experiment clasic, animalul (porumbel sau şoarece) apasă din întâmplare **pârghia şi primeşte, în consecinţă, mâncarea. Apoi va repeta acest comportament de fiecare dată când e privat de hrană. Grilajul electrificat este folosit pentru testarea efectelor pedepsei. Dispozitivul a devenit celebru şi este folosit şi de către psihologii din alte domenii. Marc Richelle îl numeşte „microscopul psihologiei".**

„[cutia skinneriană] a fost descrisă ca o metodă nesângeroasă de decerebrare a animalului. Unii cred că acelaşi lucru s-ar putea spune şi despre efectele teoriei lui Skinner asupra celor care aderă la ea" (revista **The Guardian**, 28 august 1990)

* Acest comportament a fost descoperit de K. Lorentz şi denumit „imprinting".

„Orice dovadă că comportamentul unei persoane ar putea fi atribuit circumstanţelor externe pare a fi ameninţătoare pentru demnitatea sau valoarea acesteia. Nu vom stima o persoană pentru realizările care depind de fapt de forţe asupra cărora ea nu are control (...)Nimeni nu este impresionat când detalii importante despre opere de artă şi literatură, cariere politice şi descoperiri ştiinţifice sunt atribuite „influenţelor" din viaţa artiştilor, scriitorilor, oamenilor politici şi de ştiinţă. Dar o analiză a comportamentului aduce dovezi suplimentare care indică faptul că meritul unei persoane pentru realizările sale se apropie de zero." (**Frederic Skinner** 2002, p.44)

porumbel va repeta comportamentul respectiv. În cazul hranei, nu putem avea prea multe dubii că este un agent de întărire, ca şi în cazul apei, odihnei, sexului şi oricăror consecinţe cu valoare pentru supravieţuire şi reproducere. Numim aceste consecinţe **agenţi primari de întărire** (*primary reinforcers*). Dar orice stimul poate deveni un agent de întărire dacă este asociat cu un agent primar. De exemplu, în cazul porumbelului, dacă puţin înaintea primirii hranei apare un anumit sunet, după câteva repetiţii acest sunet va deveni asociat cu hrana. Apoi experimentatorul va stinge comportamentul (apăsarea sau ciocănirea) prin eliminarea recompensei (hrana), dar va elimina şi sunetul asociat. Apoi, după ce frecvenţa comportamentului a scăzut semnificativ, experimentatorul reintroduce sunetul ca o consecinţă a comportamentului. Se observă creşterea rapidă a frecvenţei comportamentului, chiar dacă apare numai sunetul, nu şi hrana. Numim acest tip de stimuli **agenţi secundari de întărire** (Smith *et al.*, 2005). În viaţa de zi cu zi, pentru a ne cupla cu un partener (privare sexuală), trebuie să realizăm anumite comportamente, cum ar fi declaraţiile de dragoste, cumpărarea cadourilor sau cosmetizarea, iar aceste comportamente vor fi automat întărite dacă ne-au adus măcar aproape de cuplarea cu un partener. Desigur, se va obiecta că nu mereu am fost recompensaţi anterior pentru astfel de comportamente, dar totuşi le-am făcut şi le-am repetat. Când un comportament se repetă sau este stins datorită consecinţelor sale, spunem că a fost *format de contingenţe*. Dar există şi un alt tip de comportament, care se numeşte comportament *condus de reguli*. Aceste reguli sunt comportamente verbale care acţionează ca stimuli generalizaţi (vezi mai jos), făcând astfel posibilă o întărire a comportamentului fără acţiunea practică (Skinner, 1976). De asemenea, *imitaţia* joacă un rol major în formarea comportamentului uman.

Dar un anumit stimul poate fi asociat cu mai mulţi agenţi de întărire primari, nu doar cu unul. Cel mai bun exemplu este cel al banilor. Banii nu sunt niciodată scopuri în sine, dar cu ei poţi cumpăra multe lucruri necesare supravieţuirii şi reproducerii, motiv pentru care „toată lumea aleargă după bani". Banii şi alte lucruri asemănătoare sunt **stimuli generalizaţi**. Dar avem şansa de a câştiga mai mulţi bani dacă muncim într-o firmă de prestigiu decât într-o băcănie. De aceea, când suntem privaţi de bani (şi va trebui să muncim), mai degrabă vom alege o firmă de prestigiu. Un stimul (firma) care face un comportament mai probabil să apară (încercarea de a munci în firmă) decât alţi stimuli (băcănia), se numeşte **stimul discriminativ**. Comportamentul nostru se află sub controlul stimulilor discriminativi (Skinner, 1953), iar când zicem că nu suntem fericiţi, înseamnă că simţim o stare corporală asociată cu privarea (îndelungată) de un astfel de stimul.

În mediul cotidian, comportamentul este adesea întărit intermitent. Adică, operanții (comportamentele operante) sunt întăriți doar ocazional, nu de fiecare dată când sunt emişi. Un copil care plânge nu este de fiecare dată băgat în seamă. Când dăm telefon undeva, de multe ori poate fi ocupat. Nu mereu prindem un autobuz când mergem în staţie şi nu mereu se câştigă la jocurile de noroc. Aceste patternuri de răspuns apar ca urmare a expunerii organismului la **programele de întărire** (Ferster, Skinner, 1957). Acestea pot fi **continue** sau **intermitente** (parțiale). La rândul lor, programele intermitente pot fi de patru feluri: *programe cu interval fix* sau *variabil* (la o perioadă fixă sau variabilă de timp) şi *programe cu raţie fixă* sau *variabilă* (după un număr fix sau variabil de comportamente operante). Animalele învață mai repede când primesc o întărire continuă, dar comportamentul se va repeta pentru mai mult timp dacă întărirea este intermitentă. În cazul întăririi continue, organismul învață repede că stimulul nu mai apare, dar în cazul unui program intermitent, organismului îi ia mai mult timp să recunoască sistarea întăririi, aceasta putând apărea oricând, ceva mai târziu, datorită variației. Mulți cercetători subliniază faptul că o analiză comportamentală este ineficientă dacă nu luăm în considerare programele de întărire (*cf* Pierce, Cheney, 2004).

Programele de întărire

Programele de întărire sunt cauzele principale ale controlului comportamentului şi, astfel, studiul lor este central în studiul comportamentului... Comportamentul care a fost atribuit presupuselor pulsiuni, nevoi, aşteptări, ruminații sau insight*-uri ale organismului adesea poate fi relaționat mult mai exact regularităților produse de programele de întărire"* (**George Reynolds**, *apud* Pierce, Cheney, 2004, p.120)

Într-un **program cu raţie fixă** (RF), întăririle sunt oferite organismului după un anumit număr fix de răspunsuri pe care acesta le emite. De exemplu, dacă experimentatorul alege să ofere hrana porumbelului după cinci ciocănituri, avem un program RF 5 (rezultă că programul de întărire continuă este RF 1). Programele RF produc un mare debit al răspunsurilor, urmate de o pauză post-întărire (PPI) (fig. 7.4-RF). Programele RF stau la baza salarizării.

Programele cu raţie variabilă (RV) sunt similare cu RF, diferența fiind că, după fiecare întărire, raţia se schimbă. Un RV este o serie de RF-uri, fiecare cu rata sa proprie. Media răspunsurilor este folosită pentru a defini programul. Un porumbel poate ciocăni o tabliță de 5 ori pentru a primi hrana (pentru a fi întărit), apoi de 10 ori, apoi de 15 ori. Adunând 5+10+15 =30 de răspunsuri, pe care le vom împărți la 3 programe RF. Rezultatul este RV 10. La fel ca şi RF, RV produce un debit mare de răspunsuri, dar diferența esențială este că PPI este fie redusă semnificativ, fie eliminată (fig. 7.4.-RV). Acest fapt denotă că animalul nu face pauză pentru că a obosit sau pentru că e sătul (→ comportamentul e sub controlul mediului).

Într-un **program cu interval fix** (IF), un operant este întărit la un anumit interval fix de timp. Dacă porumbelului i se oferă hrana după 90 de secunde, avem un IF 90. Fiind expuse la un program IF, organismele vor emite de regulă mai mulți operanți decât este nevoie, deoarece nu au „percepția timpului", un comportament

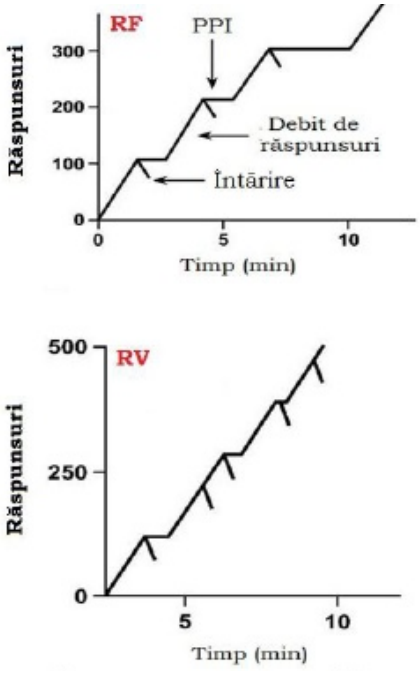


Figura 7.4. Înregistrare cumulativă (*cumulative record*) pentru un program cu raţie fixă (RF) şi pentru un program cu raţie variabilă (RV) (după Pierce, Cheney, 2004).

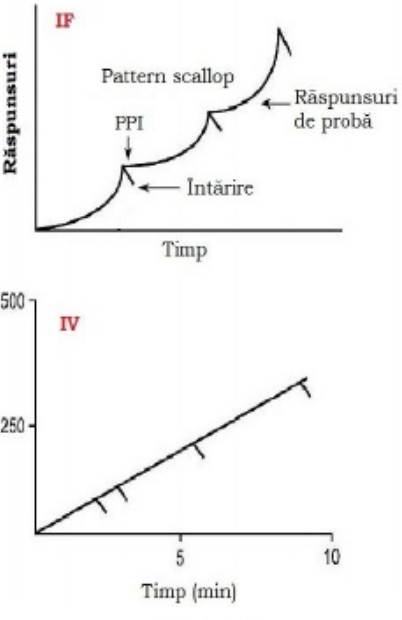


Figura 7.5. Înregistrare cumulativă pentru un program cu interval fix (IF) şi pentru un program cu interval variabil (IV) (după Pierce, Cheney, 2004).

specific doar omului. Astfel, noi vom şti că nu trebuie să ne ducem la magazin decât între 8 şi 20 şi nu vom tot încerca între timp, dar porumbelul tot va ciocăni tăblița, chiar dacă nu primeşte nimic. IF are un pattern special de răspuns. Există o PPI, apoi câteva răspunsuri „de probă", urmate de răspunsuri din ce în ce mai rapide, pe măsură ce se scurge timpul. Acest pattern se numeşte *scalloping* (scallop = scoică), datorită formei sale grafice (fig. 7.5.-IF).

Într-un **program cu interval variabil** (IV), un operant este întărit la un interval variabil de timp. La fel ca şi în cazul RV-urilor, se calculează media IF-urilor care alcătuiesc un IV. De exemplu, unui porumbel i se poate oferi hrana după 10 secunde de ciocănit, apoi după 20 de secunde şi după 30 de secunde. 60/3=20 => IV 20. Răspunsurile emise într-un astfel de program sunt moderate şi fixe, iar stingerea apare foarte greu, un porumbel putând ciocăni timp 15 ore încontinuu, cu pauze care în total nu ajung decât pe la vreo 20 de secunde (Skinner, 1953; Ferster, Skinner, 1957). Pauza, de regulă, nu apare într-un program IV (fig. 7.5.-IV).

Analiza comportamentului şi aplicaţiile ei

Principiul întăririi comportamentului (precum şi alte principii comportamentale) oferă o explicație ştiințifică despre *cum* învață oamenii şi alte animale. Când un cercetător caută un principiu de bază care determină comportamentul, spunem că face o **analiză a comportamentului** (Pierce, Cheney, 2004; Kohlenberg, Tsai, 2006). Analiza comportamentului a fost şi încă este atractivă pentru mulți psihologi, datorită posibilității de *schimbare*, prin controlul comportamentului. Skinner, precum şi alți behavioriști, fie colaboratori, fie independenți, au realizat o gamă largă de experimente în care au aplicat principiile condiționării operante la probleme educației, industriei, clinicii ş.a. Ramura aplicativă se numeşte analiză aplicată a comportamentul (*applied behavioral analysis* – ABA). Avem în caseta de mai jos rezumatul unui experiment după principiile ABA.

„Consider că o analiză ştiințifică a comportamentului trebuie să presupună că comportamentul unei persoane este controlat de istoria genetică şi a mediului său mai degrabă decât de persoana însăşi, privită ca agent inițiator, creativ" (**Frederic Skinner**, 1976, p. 208)

„Într-un experiment devenit clasic, doi psihologi au decis să testeze puterea de întărire a acordării atenției pentru a elimina comportamentul agresiv dintre copiii de grădiniță (Brown&Elliot, 1965). De-a lungul unei perioade de opt săptămâni, educatorii şi-au îndreptat atenția către eliminarea comportamentului agresiv între băieții de trei şi patru ani. Au acordat în special atenție copiiilor atunci când aceştia erau cooperativi, spunându-le lucruri precum «aşa e bine, Mike!» şi «ia te uită ce a făcut Eric!». Au încercat să ignore agresivitatea, dar doar în cazul în care nu devenea periculoasă.

Media comportamentelor fizice agresive a scăzut de la 41, în săptămâna de dinaintea testării, la 21, la sfârşitul perioadei de testare, iar numărul comportamentelor verbale agresive a scăzut de la 23 la 5. De ce a scăzut agresivitatea verbală atât de mult? Probabil pentru că este mai greu să ignori bătăile decât amenințările şi insultele. În orice caz, ambele tipuri de agresivitate au scăzut, iar cei mai bucluca şi doi băieți din grupă au devenit prietenoşi şi cooperativi într-o măsură la care nici un educator nu s-ar fi aşteptat." (**Diane Papalia** şi **Sally Olds**, 1985, p.169)

„Toate speciile, cu excepția omului, se comportă fără să știe că asta fac, și probabil asta era valabil și în cazul omului, până când o comunitate verbală a apărut și a început să pună întrebări despre comportament și, astfel, să genereze comportamentul auto-descriptiv. Cunoașterea de sine are origine socială și este folositoare în principal comunității care pune întrebările. Mai târziu, devine importantă pentru persoana însăși – de exemplu, pentru a se dirija sau controla în anumite moduri...” (**Frederic Skinner**, 1976, p.186).

sături, ci doar de comportamente. Doi indivizi expuși la aceiași stimuli (sau contingențe) nu se vor comporta la fel datorită faptului că zestrea lor genetică nu este identică și că au o **istorie a întăririlor** diferită. Zestrea genetică s-a format de-a lungul evoluției speciei, datorită expunerii membrilor speciei la contingențele de supraviețuire. Ce se întâmplă însă cu cei care au aceeași zestre genetică? Aceștia, dacă vor fi expuși unor contingențe asemănătoare de-a lungul istoriei întăririlor lor, vor emite operanți foarte asemănători, dar efecte mediului se văd (după cum arată studiile asupra eritabilității) atunci când acesta nu le este comun (când nu sunt expuși acelorlași contingențe de-a lungul istoriei întăririlor).

În ceea ce privește **consistența comportamentului**, behaviorismul radical se situează evident în cadrul situaționismului. Cu toate aceste, cercetătorii admit că o persoană va avea totuși un pattern comportamental relativ stabil de-a lungul perioadelor îndelungate de timp și în diverse situații. **Consistența temporală** este explicată prin faptul că majoritatea persoanelor își petrec o mare parte din viață în medii relativ asemănătoare. Astfel, comportamentele lor (operante) de-a lungul timpului vor fi asemănătoare. **Consistența cross-situațională** se datorează în principal istoriei întăririlor. Datorită faptului că stimulii se *generalizează*, mediile frecventate de un individ nu se schimbă substanțial. Am văzut în a doua pagină din acest capitol că micuțul Albert avea o reacție de teamă nu numai la un șobolan alb, ci și la o haină de blană sau la un iepure. Prin analogie, putem considera că un bărbat va fi timid cu majoritatea femeilor, fie că sunt profesoare, secretare sau iubite, dacă acestea au proprietăți în comun cu o anumită femeie care l-a rănit în trecut (sau chiar mama sa, care îl bătea), cum ar fi culoarea ochilor, accentul, încruntarea sprâncenelor etc.

Behaviorismul radical nu consideră că există vreun **conținut** al personalității, iar **procesualitatea** este explicată de condiționarea operantă, cu toate aspectele ei (programele de întărire, generalizarea și discriminarea, formarea ș.a.m.d.).

Cu toate că nu admite un conținut al personalității, behaviorismul radical nu poate nega faptul că majoritatea persoanelor simt și raportează că comportamentul le este direcționat din interior, sau că nu sunt ei înșiși. Ce este acest **sine**, deci? Pentru a înțelege asta, putem să începem cu faptul evident că mulți oameni nu se *cunosc pe sine*. Ei doar emit anumiți operanți, dar nu știu ce au făcut sau, cel puțin, nu știu ceea ce „știe” alt obervator. De exemplu, o persoană o poate ucide pe alta și poate spune că o forță exterioară parcă a pus stăpânire pe sine. De asemenea, (nu doar) în trecut, cauzele unor comportamente erau puse pe seama unor duh/spirit care puneau

stăpânire pe sine, iar epoca modernă este profund marcată de Sinele lui Freud, care conține alte tipuri de „duhuri", cum ar fi pulsiunile, precum şi interacțiunea acestora. Behavioristul radical preferă să nu vorbească despre aceste lucruri, pe care nu le poate cunoaşte. El arată că „sinele este un dispozitiv care indică *un sistem funcțional unificat de răspunsuri*" sau, cu alte cuvinte, „*un mod obişnuit de acțiune*" (Skinner, 1953, p.285). Dar la ce se referă persoanele când zic **eu** (sau *mine*, *mă, îmi* etc.)? O analiză a comportamentului arată că acest *eu* este o **unitate funcțională** verbală (un răspuns verbal care apare între apariția unui stimul şi întărire – de exemplu, când vedem o mâncare bună, am putea spune „[*mie*] *îmi* e foame", iar acest comportament verbal poate avea consecința de a primi o porție din acea mâncare). Învățăm să zicem *eu* sau alte unități funcționale asemănătoare încă de mici, de regulă combinate cu alte unități funcționale verbale. De exemplu, copilul poate fi condiționat să zică „miefoame". Pe măsură ce creşte, unitatea funcțională „miefoame" se va transoforma în „îmi", „e" şi „foame" (Kohlenberg, Tsai, 2007).

„Cercetătorii din ştiințele umaniste este posibil să nu fi înțeles încă pe deplin semnificația perspectivei behavioriste" (**Frederic Skinner**, 1971, p.472)

- Behaviorismul radical este curentul psihologic întemeiat de B.F. Skinner. Din această perspectivă, comportamentul uman este în totalitate determinat de consecințele sale (fără a ignora zestrea ereditară) sau de stimuli din interiorul organismului (viscerali).
- În funcție de aceste consecințe, distingem între întărirea pozitivă (creşterea frecvenței sau probabilității de apariție a unui comportament în urma unei apariții unui stimul pozitiv/întăritor), întărirea negativă (creşterea probabilității de apariție a unui comportament în urmă înlăturării unui stimul negativ/aversiv) şi pedeapsă (care ar trebui să conducă la stingerea comportamentului, dar este adesea ineficientă); astfel, schema clasică S-R (condiționare clasică sau reflexivă) devine R-S-R (condiționare operantă).
- Totalitatea consecințelor/variabilelor/stimulilor sub influența cărora se află comportamentul se numeste contingențe de întărire.
- Programele de întărire sunt întăriri oferite continuu sau intermitent care determină anumite patterniuri comportamentale specifice.
- Paşii pentru formarea unei habitudini şi formarea – pag. 36.
- Unicitatea şi consistența comportamentului se datorează istoriei întăririlor personale şi zestrei genetice; din perspectiva behavioristă, nu putem vorbi de un conținut al personalității, iar procesualitatea este oferită de condiționarea operantă, cu toate aspectele ei.

1. Credeți că ați putea să-l faceți pe un adolescent să se lase de fumat şi să apuce de citit prin procedeul numit *formare*?
2. Care program de întărire este cel mai potrivit pentru formarea unui comportament durabil?
3. În ce măsură teoria operantă vă oferă o întărire pozitivă (adică, în ce măsură se asociază cu un stimul pozitiv)? De ce?

Teoria lui Dollard şi Miller

În psihologia/personologia din zilele noastre, teoria lui Miller şi Dollard are mai degrabă valoare istorică, lipsind din multe tratate, fiind eclipsată de unii cercetători precum Skinner şi Bandura (*cf* Ewen, 1998). Miller şi Dollard (1950) au încercat o sinteză între behaviorism (pre-skinnerian) şi psihanaliză, principalul efort al experimentelor realizate de ei fiind demonstrarea faptului că unele pulsiuni (*drives*[*]) sunt învățate. De exemplu, frica, spre deosebire de foame sau sete pare a fi învățată şi poate fi, cel puțin teoretic, stinsă[**]. Fiind preocupați în special de aspectele clinice ale personalității, cei doi cercetători considerau că frica/anxietatea este principalul **drive învățat**. Drive-urile învățate sunt asociate cu anumite driveuri înnăscute, satisfacerea acestora din urmă fiind legată de supraviețuire. Drive-urile învățate conduc la marea variabilitate comportamentală pe care o observăm între membrii speciei umane.

„Fiecare are o tendință de a purta o mască, de a expune doar ce are mai bun şi de a se apăra de expunere, critică sau exploatare. Dar nu trebuie să ne îndoim că, după cum ne spun mereu romancierii, există multe lucruri sub mască, pe care nici măcar prietenii nu le bănuiesc” (**John Dollard şi Neal Miller**, 1950, p.4).

Pentru a demonstra ipoteza că frica este învățată, Miller a conceput un experiment în care un şobolan era introdus într-un dispozitiv cu două camere: o cameră albă şi una neagră. La început, ambele camere nu prezintă nici un pericol pentru şobolan, iar acesta este (relativ) neutru față de ambele. Apoi, podeaua camerei albe este electrificată, iar şobolanul începe să evite această cameră, învățând chiar anumite comportamente de deschidere a uşii către camera neagră (unde putea fi în siguranță). Chiar şi după ce curentul a fost întrerupt, camera albă este în continuare evitată. Astfel, Miller şi Dollard au arătat că frica pentru un anumit stimul (camera albă) a fost învățată prin întărire negativă. Spre deosebire de Skinner, totuşi, ei consideră că frica este cauza comportamentului (altfel nici nu ar mai putea fi vorba despre drive) (Dollard, Miller, 1950).

Factorii teoriei lui Dollard şi Miller

Drive (pulsiune/motivație): stimul extern sau intern care produce o tensiune, reducerea acesteia având valoare adaptativă.

Cue (stimul extern de semnalizare): indică individului ce trebuie să facă pentru a reduce tensiunea.

Reinforcement (întărire): eveniment ce creşte probabilitatea de (re)apariție a unui răspuns, datorită reducerii tensiunii.

Extinction (stingere): opusul întăririi, datorată faptului că tensiunea motivațională nu a fost redusă.

Drive-ul provoacă o tensiune interioară care trebuie eliminată sau cel puțin redusă. O persoană învață să-şi reducă tensiunile interioare răspunzând la anumiți stimuli din mediu, care au valoare de semnalizare (*cues*). De exemplu, unei fetițe înfometate i s-ar putea spune că există o bomboană undeva într-o cameră. Explorând spațiul vizual din acea cameră, fetița poate vedea un vas (cue) şi poate căuta în el sau poate întreba experimentatorul (cue) unde se află bomboana. Dacă unul din aceste comportamente va avea drept consecință găsiriea bomboanei, tensiunea (foamea) va fi redusă , iar acest comportament va fi întărit (*probabil* se va repeta în viitor). Dacă stimulul extern observat (cue) va fi o altă fetiță care găseşte o bomboană, atunci fetița care observă va imita comportamentul celei care găseşte bomboană, producându-se astfel o **învățare socială**, care este posibil mediată de anumite procese cognitive (*ibidem*).

[*] Numim *drive* orice stimul (interior sau exterior) care „conduce” un comportament.
[**] Vezi şi experimentul lui Watson şi Rayner (pag.53).

Teoria lui Rotter

Fiind un **interacționist**, Julian Rotter considera că predicția comportamentului se realizează cel mai bine atunci când ne concentrăm asupra interacțiunii dintre persoană şi mediul acesteia. Teoria lui Rotter se bazează pe cinci asumpții fundamentale (*apud* Feist, Feist, 2006). În primul rând, Rotter este de părere că *oamenii interacționează cu mediile lor doar în funcție de semnificația pe care o au stimulii din aceste medii pentru ei*. Întăririle comportamentale nu sunt, deci, dependente doar de stimulii exteriori, ci şi de semnificația pe care le-o oferă individul. A doua asumpție este aceea că *personalitatea umană este învățată*, prin urmare, nu este strict determinată, ci se poate modifica oricând. A treia asumpție este că *personalitatea are o unitate de bază*, cu alte cuvinte, chiar dacă se poate schimba oricând, aceasta are o relativă stabilitate. A patra asumpție este că *motivația este orientată către scop*, nu reprezintă reducerea unei tensiuni interioare, cum credeau Dollard şi Miller sau alții. De exemplu, facând facultatea, majoritatea îşi vor spori tensiunea interioară, dar o vor continua, în pofida acestui fapt, deoarece scopul este absolvirea. Plecând de la această asumpție, Rotter dezvoltă *legea empirică a efectului*, care „defineşte întărirea ca fiind orice acțiune, condiție sau eveniment care afectează deplasarea individului către scop" (Rotter, Hochreich, *apud ibidem*, p.503). În sfârşit, a cincea asumpție a lui Rotter este că *persoanele sunt capabile de a anticipa evenimentele* şi folosesc aceste anticipări pentru deplasarea către scopul final.

Pentru predicția comportamentului, Rotter consideră că trebuie să luăm în considerare patru variabile: **(1) potențialul comportamental** (PC), reprezintă posibilitatea de apariție a unui anumit comportament într-un anumit loc şi la un anumit moment; **(2) expectanța** (E), se referă la aşteptările unei persoane că o anumită întărire/set de întăriri va apare într-o anumită situație; **(3) valoarea întăririi** (VI), care desemnează preferința pentru o anumită întărire, în situația în care sunt disponibile alte întăriri asemănătoare; **(4) situația psihologică** (S), exprimă interacțiunea stimulilor semnificativi din mediu cu stimulii interiori, care determină persoana să reacționeze. Astfel, Rotter a propus următoare formulă:

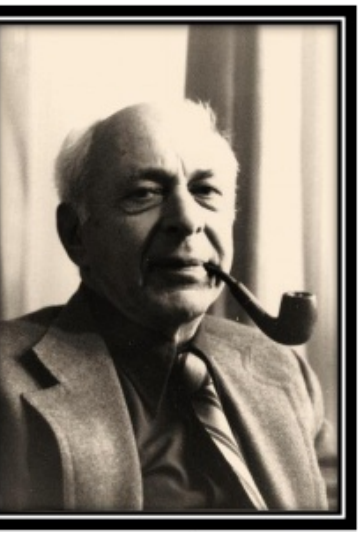


Figura 8.1. Julian Rotter (n. 1916)

$$PC_s = f(E_s + VI_s)$$

adică, posibilitatea de apariție a unui comportament în situația S (*PCs*) este în funcție de expectanțele pe care le are o persoană la acel moment şi de valoarea pe care o au întăririle comportamentului la acel moment. Această formulă este mai degrabă una idealistă, neavând neapărat scopul de a calcula cu adevărat o probabilitate. Rotter s-a ocupat şi de predicția comportamentelor generale şi a realizat o

formulă şi pentru acestea (vezi Feist, Feist, 2006, pp.507-511), dar prezentarea acesteia ar ocupa mai mult spațiu decât intenționăm.

O idee centrală a teoriei lui Rotter este aceea că un comportament nu este neapărat „fixat" de anumiți agenți de întărire (stimuli), ci că oamenii au capacitatea de a identifica o relație cauzală între propriul lor comportament şi apariția stimulului. Oamenii încearcă să atingă nişte scopuri pentru că au o *expectanță generalizată* că asemenea încercări vor fi încununate de succes. Unii oameni atribuie succesul şansei, întâmplării, norocului, în timp ce alții consideră că ei sunt responsabili pentru succesele lor, că au control asupra acestora. Astfel, în 1966, Rotter a introdus conceptul de **locus of control** şi a elaborat o scală pentru determinarea lui (Rotter, 1990). După cum se poate uşor înțelege, oamenii care atribuie succesele circumstanței, au un locus de control *extern*, iar cei care cred că sunt direct responsabili pentru succesele lor au un locus de control *intern*.

„În mod normal, nu cred că norocul este o explicație, dar la început am crezut că răsturnarea socială a timpurilor poate fi responsabilă" (**Julian Rotter,** despre succesul conceptului de *locus of control*, 1990, p.489).

Teoria SCAP a lui Mischel şi Shoda

Într-un experiment, Mischel şi Staub (1965) au cerut unor elevi de clasa a 8a să rezolve nişte probleme nu foarte complicate, măsurându-le înainte nivelul expectanței de reuşită. Elevii au fost împărțiți în trei grupuri: celor din primul grup li s-a spus că au rezolvat cum trebuie problemele, celor din al doilea grup li s-a spus că nu le-au rezolvat cum trebuie, iar cei din al treilea grup nu au primit nici o informație despre performanțele lor. Apoi, elevilor li s-a cerut să aleagă între o recompensă imediată, necontingentă (sigur va fi oferită) dar mai puțin valoroasă şi una îndepărtată, contingentă (oferită în funcție de cum vor rezolva probleme în continuare), dar mai valoroasă. Elevii care au fost informați că au rezolvat bine problemele au ales recompensa contigentă, elevii care au fost informați că nu au rezvolat bine problemele au ales recompensa necontingentă, dar mai puțin valoroasă, iar elevii cărora nu li s-a spus nimic au ales în funcție de aşteptările lor de reuşită, măsurate anterior (cei cu aşteptări ridicate au ales asemănător cu cei care au fost informați că au rezolvat bine, iar cei cu aşteptări scăzute au ales precum cei care au fost informați că nu au rezolvat bine). Astfel, a fost demonstrat faptul că **interacțiunea dintre situații şi trăsături** poate fi folosită pentru a prezice comportamentul.

Această perspectivă încearcă să explice **paradoxul consistenței** (pag.32). Treizeci de ani de cercetări i-au condus pe **Walter Mischel** şi **Yuichi Shoda** la elaborarea **sistemului cognitiv-afectiv al personalității** (SCAP), ce are la bază cinci **unități cognitiv-afective** propuse în 1973 de Mischel (Mischel, 1973; Mischel, Shoda, 1995; 2001). Aceste variabile au reorientat accentul pus pe ceea o persoană *are* (trăsături) către ceea ce o persoană *face* într-o anumită situație. Ceea ce face o persoană include mai mult decât acțiuni vizibile: include gândire, planificare, simțire şi evaluare.

Unitățile cognitiv-afective reprezintă toate acele aspecte psihologice, sociale şi fiziologice care permit persoanelor să interacționeze cu mediul printr-un *pattern relativ stabil de variație*. Aceasta înseamnă că o persoană va acționa într-un anumit fel într-o anumită situație, dar în altă situație, va acționa într-un alt fel, dar nu la întâmplare. Situațiile vor fi uneori asemănătoare între ele, de unde şi patternul relativ stabil de variație („dacă x atunci y, dar dacă y atunci z"). Unitățile cognitiv-afective sunt (Mischel, Shoda,1995):

1. **Strategii de encodare**: modurile oamenilor de a categoriza informația primită din exterior. Oamenii folosesc aceste strategii pentru a transforma stimulii din mediu în constructe personale. Oamenii encodează diferit acelaşi eveniment, de unde şi diferențele între constructele individuale.
2. **Competențe şi strategii de autoreglare**: prin competențe se înțelege acea gamă largă de informații pe care o are o persoană despre lume şi despre relație ei cu aceasta. Observându-ne propriul comportament, precum şi comportamentul altora, învățăm ce putem să facem într-o anumită situație şi ce nu putem. Strategiile de autoreglare sunt folosite de către oameni pentru a-şi controla propriul comportament prin *scopuri auto-impuse* şi *consecințe auto-produse*. Oamenii nu au nevoie de recompense exterioare pentru a-şi forma comportamentul, ei fiind capabili să şi-l formeze singuri prin stabilirea unor scopuri şi propria recompensare sau pedepsire, în funcție de îndeplinirea scopurilor.
3. **Expectanțe şi credințe**: datorită experienței anterioare şi observării altora, oamenii învață să-şi activeze acele comportamente care vor avea consecințele cele mai potrivite, în funcție de aşteptările şi credințele lor asupra unei anumite situații. Oamenii privesc adesea majoritatea situațiilor în termeni de „*dacă... atunci...*" (*expectanța comportament-rezultat*).
4. **Scopuri şi valori**: oamenii nu reacționează pasiv la mediul înconjurător, ci au scopuri după care se ghidează, iar aceste scopuri sunt oferite în principal de valorile pe care le are o persoană. Valorile, scopurile şi competențele sunt cele mai stabile unități cognitiv-afective. Motivul pentru această consistență este proprietatea acestor unități de a provoca emoții pozitive şi destul de intense.
5. **Răspunsurile afective**: sunt inseparabile de procesele cognitive şi influențează toate celelalte unități cognitiv-afective.

Teoria lui Bandura

Prin teoria sa a învățării sociale şi prin numeroasele aplicații ale acesteia în diverse domenii, Albert Bandura a devenit cel mai „eminent" psiholog în viață şi al patrulea din toate timpurile, după Skinner, Piaget şi Freud (Haggbloom *et al.*, 2002).

Ideea de bază a teoriei învățării sociale propuse de Bandura este că o bună parte din învățare nu are loc prin expunerea directă la recompensele şi pedepsele oferite de mediu, ci prin observarea comportamentelor unor modele şi a consecințelor pe care le au aceste comportamente asupra modelelor. Acest tip de învățare a fost

denumit **învățare vicariantă**, iar procesul de observare a comportamentului unui model a fost denumit **modelare** (Bandura, 1965b).

Într-un experiment clasic, Bandura (1965a) a introdus trei grupuri de copii într-o cameră semiobscură şi le-a spus că are puțină treabă de făcut înainte de a intra în „camera de joacă cu surprize". În acea cameră exista un televizor care prezenta ficărui grup câte o altă înregistrare. Pentru primul grup, înregistrarea conținea un model care agresa fizic şi verbal o păpuşă (*Bobo-doll*) şi era apoi recompensat pentru aceste comportamente, iar pentru celelalte două grupuri, modelul nu era recompensat şi, respectiv, nu erau prezentate consecințele comportamentului. În faza a doua, copiii erau duşi într-o altă cameră, plină cu jucării, printre care şi un *Bobo-doll* similar celui din înregistrarea televizată. După ce au fost informați că se pot juca cu absolut orice vor ei din acea cameră, copiii au fost lăsați singuri şi mai mulți observatori le-au înregistrat comportamentele. Într-o ultimă fază, experimentatorul lua în particular fiecare copil şi îl punea să imite comportamentul fizic şi pe cel verbal al modelului, promițându-i că îi va oferi o recompensă dacă îl imită corect. Foarte important este faptul că recompensele erau la vedere, acționând astfel ca stimulenți asupra performanței subiectului. Rezultatele au arătat că copiii vor imita mai multe comportamente agresive dacă acestea au fost recompensate în înregistrarea care le-a fost prezentată, decât dacă acestea au fost pedepsite sau nu au fost prezentate consecințele. De asemenea, copiii imită mai multe comportamente dacă le sunt oferite stimulente şi dacă sunt recompensați pentru imitarea fiecăruia dintre ele, iar băieții au performanțe mai ridicate decât fetele.

Figura 8.2. **Albert Bandura (n. 1925)**

Bandura a realizat multe alte experimente asemănătoare, pe baza cărora a concluzionat că, în cazul învățării vicariante sunt implicate şi procesele cognitive, respingând astfel teoriile strict behavioriste sau strict cognitiviste (Bandura, 1996). El distinge patru procese care guvernează învățarea vicariantă: *atenția* (nu putem observa un model decât dacă suntem atenți la el), *reprezentarea* (observația poate produce noi comportamente doar dacă comportamentele observate sunt reprezentate simbolic în memorie), *producerea comportamentului* (pentru ca o reprezentare simbolică să se transforme într-un comportament, trebuie înainte să fie prelucrată cognitiv (de exemplu, ne putem pune întrebarea „cum pot face şi eu asta?") şi *motivația* (dacă imitarea unui comportament nu va avea consecințe benefice pentru noi înşine, atunci nu vom fi motivați să îl imităm) (Bandura, 1965b).

Am văzut că Allport, Cattel, Eysenck ş.a. consideră că trăsăturile de personalitate sunt responsabile pentru comportamentul unei persoane (cap. 2), iar Skinner consideră că putem găsi în

„Valoarea unei teorii psihologice nu este dată numai de puterea explicativă şi predictivă a acesteia, ci şi de puterea sa operativă de a realiza schimbări în funcționarea umană. Teoria socio-cognitivă este pregătită pentru aplicații sociale, deoarece precizează determinanții modificabili [ai comportamentului, dar] şi cum ar trebui modificați aceştia..." (**Albert Bandura**, 2005, p.12).

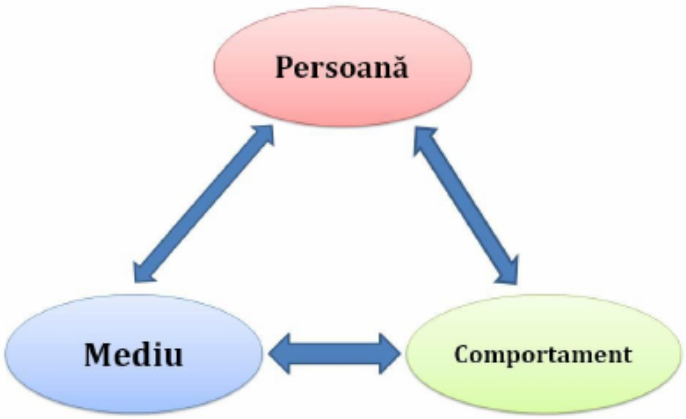


Figura 8.3. Modelul cauzalității triadice reciproce (după Bandura, 1991).

mediul extern toate cauzele comportamentului (cap.7). Bandura oferă o perspectivă **interacționistă**, dar mai elaborată decât cele pe care le-am văzut până acum în acest capitol. Pentru el, explicarea comportamentului uman se poate realiza prin modelul **cauzalității triadice reciproce** (Bandura, 1991; 2006; 2008). Termenul de cauzalitate este folosit de către Bandura pentru a desemna dependența funcțională dintre elementele triadei persoană-comportament-mediu (fig. 8.3.). În acest model, „nu există un pattern fix pentru interacțiunea reciprocă. Mai degrabă, contribuția relativă a fiecărei clase de influențe depinde de activitățile, circumstanțele situaționale şi constrângerile şi oportunitățile socio-structurale" (Bandura, 1991, p. 156). Prin persoană, Bandura înțelege în principal factori cognitivi, cum ar fi memoria, anticiparea, planificarea şi judecata. Pentru a înțelege mai bine, să luăm un exemplu (caseta de mai jos).

Ajungând la petrecerea de revelion, Maria îi cere lui Ion să îi aducă o băutură de la bar. De îndată ce Ion aude această cerere, îşi aduce aminte că Maria s-a mai folosit şi altă dată de el şi îl face să se simtă ca un sclav, pe când el este îndrăgostit de ea. Prin urmare, mediul (Maria – stimul discriminativ din mediu) a acționat asupra persoanei Ion, aducându-i aminte fapte din trecut (Mediu→Persoană). Dar, de asemenea, Maria acționează şi asupra comportamentului lui Ion, căci acesta, fără a şovăi prea mult, se duce să-i aducă băutura de la bar (Mediu→Comportament). Când primeşte sucul, Maria îi mulțumeşte lui Ion (Comportament→Mediu), iar zâmbetul ei îl face să roşească pe acesta (Mediu→Comportament). În acel moment, Ion îşi schimbă părerea despre Maria (Mediu→Persoană) şi o întreabă dacă e singură la petrecere (Comportament→Mediu). Maria îi răspunde că depinde de câte băuturi o să mai primească de la el pe gratis, enervându-l, după cum era şi normal, la culme pe Ion (Mediu→Persoană). Fiind sătul să rabde o astfel de atitudine din partea Mariei, Ion îi smulge din mână băutura pe care tocmai i-o adusese, i-o aruncă în față şi îi spune: „Acum sigur vei fi singură la petrecere" (Comportament→Mediu). Toată lumea a râs, iar Ion s-a simțit foarte mulțumit şi eliberat de o povară (Mediu→Persoană).

Teoria socio-cognitivă a lui Bandura oferă o **perspectivă agentică** asupra personalității, adică consideră că oamenii sunt implicați *proactiv* în controlul propriei lor vieți. „A fi agentic înseamnă să fii un om care face lucrurile intenționat, care selectează, construieşte şi îşi reglează activitatea pentru a obține anumite rezultate" (*ibidem*, p. 154). Pentru Bandura, *agency*-ul* nu este un homunculus care sălăsluieşte în organism şi îi comandă acestuia şi nici un set de cauze externe ale comportamentului, ci un proces activ de explorare, manipulare şi influențare a mediului, pentru a obține

* Termen mai dificil de tradus. Unii îl traduc „mijlocire" (Matthews *et al.*, 2005, p. 234). Noi vom folosi termenul din limba engleză, ca atare.

rezultatele dorite. Agency-ul uman conține patru elemente centrale: intenționalitatea, anticiparea, autoreactivitatea şi autoreflexivitatea (Bandura, 1991; 2001; 2006; 2008).

Intenționalitatea (*intentionality*) se referă la acțiunile pe care o persoană le realizează cu o anumită intenție, nu ca o reacție la un anumit stimul de mediu. O intenție include *planificare şi acțiune*. Ființa umană este implicată proactiv în acțiunile sale, nu doar pasiv. *Anticiparea* (*forethought*) se referă la predicția unor scopuri, la anticiparea posibilelor rezultate ale acțiunilor. Anticiparea conduce la selecția acelor comportamente care sunt cele mai potrivite pentru a produce rezultatele dorite. *Autoreactivitatea* (*self-reactiveness*) se referă la procesul de monitorizare a progresului către îndeplinirea scopurilor. A avea un scop nu este de ajuns, trebuie şi o auto monitorizare pentru a obține rezultatele dorite. *Autoreflexivitatea* (*self-reflectiveness*) se referă la procesul de reflecție asupra propriilor gânduri (metacogniție), motivații, scopuri, valori, semnificații, precum şi asupra posibilelor păreri pe care le au ceilalți despre noi. Cel mai important mecanism auto-reflexiv este **auto-eficacitatea**. Pentru Bandura, auto-eficacitatea reprezintă „credințele oamenilor în capacitatea lor de a exercita, într-o anumită măsură, control asupra evenimentelor exterioare. Credințele despre eficacitate reprezintă fundamentul agency-ului uman" (Bandura, 2001, p.10). Trebuie să nu confundăm auto-eficacitatea cu expectațiile în legătură cu rezultatele. Auto-eficacitatea este achiziționată, îmbunătățită sau diminuată de una sau mai multe din următoarele surse: (1) experiența stăpânirii unei sarcini (*mastery experience*), (2) modelarea socială (prin observarea şi imitarea comportamentelor altora, de regulă, de aceeaşi „teapă" – un rocker va observa şi imita alt rocker), (3) persuasiunea socială (sugestiile oferite de alții) şi (4) stările fizice şi emoționale (Bandura, 2006; 2008).

Deşi oamenii au, într-o mare măsură, control asupra propriei vieți, există anumite evenimente neprevăzute, care pot scăpa de sub control, pe care Bandura le numeşte **întâlniri întâmplătoare** (Bandura, 1982) şi **evenimente fortuite** (Bandura, 1991; 2001; 2006). Se poate ca o întâlnire la care nu ne aşteptam să ne schimbe radical viața. Se poate să ne întâlnim dragostea aşteptând să intrăm la dentist, se poate să ne schimbăm slujba datorită întâlnirii unui om care vrea să întemeieze o firmă, s-ar putea să ne placă psihologia după „întâlnirea" cu Bandura sau alți mari psihologi ş.a.m.d. La fel de semnificative pot fi şi evenimentele fortuite. Ca să luăm un exemplu negativ, să ne gândim cât de drastic s-ar schimba viața noastră dacă ne-am pierde membrele sau vederea într-un accident. Să ne gândim cum s-ar schimba viața pe pământ dacă s-ar încălzi clima! Un caz foarte surprinzător de eveniment fortuit este reorientarea

„O teorie a agency-ului uman ridică problema libertății şi determinismului. Privită dintr-o perspectivă socio-cognitivă, libertatea nu este concepută doar pasiv, ca absența constrângerilor, ci proactiv, ca exercițiul auto-influenței în serviciul scopurilor selectate şi rezultatelor dorite. De exemplu, oamenii au libertatea de a vota, dar dacă se vor duce la vot, precum şi nivelul lor de implicare politică, depinde, în mare parte, de auto-influența de care ajung să dea dovadă" (**Albert Bandura**, 2006, p.165).

celebrului personolog H. Eysenck către psihologie. Inițial, acesta voia să intre la facultatea de fizică, dar se pare că nu învățase pentru examenul care trebuia şi, ca să nu mai aştepte un an, a întrebat dacă poate intra totuşi la vreo facultate. Existau locuri libere la psihologie, iar Eysenck a întrebat „Ce mai e şi aia psihologie?" (*apud* Feist, Feist, 2006). De asemenea, am văzut în capitolul precedent că Skinner a ajung psiholog pentru că nu a reuşit să fie scriitor. Cu toate acestea, ne arată Bandura, avem un oarecare control asupra efectelor evenimentelor fortuite. Eysenck nu ştia ce e psihologia, dar voia oricum să urmeze o carieră ştiințifică, iar Skinner, în romanele pe care le-ar fi scris, sigur ar fi studiat comportamentul personajelor sale. Bandura citează o replică elocventă a lui Louis Pasteur: „Şansa favorizează numai mintea pregătită". Deci, fără anumite resurse personale, este foarte posibil ca şansele să treacă pe lângă noi, fără ca noi să băgăm de seama, dar dacă avem dinainte un oarecare interes în legătură cu evenimentul respectiv, atunci vom profita la maximum de el (Bandura, 2001; 2006; 2008).

- Toate teoriile învățării sociale se situează în cadrul interacționismului.
- Dollard şi Miller susțin că există anumite drive-uri (motivații) înnăscute şi unele învățate; un drive produce tensiune, iar pentru a ne elibera de tensiune, putem observa şi imita comportamentele altora; dacă consecința comportamentului a fost scăderea tensiunii, acesta se repeta, dacă nu, se va stinge.
- Rotter consideră că pentru predicția comportamentului trebuie să luăm în considerare patru variabile: (1) potențialul comportamental, (2) expectanța, (3) valoarea întăririi şi (4) situația psihologică; el a introdus conceptul de locus de control care desemnează credințele oamenilor în legătură cu cauzele comportamentelor lor, care pot fi interne sau externe.
- Mischel şi Shoda au propus teoria SCAP, ce are la bază cinci unități cognitiv-afective: (1) strategii de encodare, (2) compentențe şi strategii de autoreglare, (3) expectanțe şi credințe, (4) scopuri şi valori, (5) răspunsuri afective; aceste unități cognitiv-afective sunt responsabile pentru patternurile de variație relativ stabile ale comportamentului.
- Bandura a propus conceptul de cauzalitate triadică reciprocă, care desemnează interacțiunea bidirecțională dintre persoană, comportament şi mediu; teoria lui Bandura oferă o perspectivă agentică (oamenii sunt agenți proactivi, care au într-o mare măsură control asupra vieții lor); auto-eficacitatea se referă la credințele oamenilor că pot obține anumite rezultate dorite şi reprezintă principalul element care motivează oamenii să înfrunte obstacolele în deplasarea către scopuri.

1. Găsiți o situație de viață în care v-ați redus tensiunea motivațională observând comportamentul altora, ca în modelul lui Dollard şi Miller. A fost întărit comportamentul?
2. Aveți un locus de control extern sau intern? Sunteți sigur/-ă că este aşa?
3. Încercați să explicați unele evenimente din viața dumneavostră după modelul cauzalității triadice reciproce.

PERSPECTIVA EXISTENŢIALISTĂ, FENOMENOLOGICĂ ŞI UMANISTĂ

Aceste trei perspective psihologice îşi au originea în curentul filosofic numit **existențialism**. Modul de gândire existențialist poate fi urmărit până la Socrate (Flynn, 2006), dar majoritatea (May, 1958; Wong, 2006; Jacobsen, 2008 etc.) sunt de acord că întemeiatorul curentului ce avea să poarte acest nume a fost filosoful şi teologul danez **Søren Kierkegaard** (1813-1855). În timpul vieții sale, el nu a marcat foarte profund filosofia, existențialismul (creştin în forma sa inițială) fiind promovat mai mult de către **Friedrich Nietzsche** (1844-1900), un ateist virulent. Existențialismul a apărut ca o reacție la *raționalismul* care domina filosofia sec. XIX, datorită unor filosofi precum Hegel sau datorită aşa-numitei revoluții industriale. Kierkegaard era revoltat de distincția făcută în general între omul care gândeşte şi omul care simte (omul obiect-omul subiect), aşa că a încercat să atragă atenția asupra omului care *există*, care ocupă un anumit loc într-un anume moment şi care a ajuns cumva acolo. Din acest punct de vedere, *ființa* este mai importantă decât *cunoaşterea*.

Existențialiştii consideră că omul este o ființă liberă, dar o dată cu această libertate vine şi o responsabilitate. Fiind pus față-n față cu libertatea de acțiune, dar ştiind că acțiunile lui vor avea anumite consecințe atât asupra sa, cât şi asupra celorlalți, omul va trăi *angoasa/anxietatea*. Aceasta este, prin urmare, o condiție fundamentală a existenței, nu doar un sentiment trecător, fiind stimulată şi de conştientizarea efemerității existenței. Cu toate acestea, omul are posibilitatea de a *transcede* condițiile existenței şi influențele biologice şi de mediu, putându-şi crea propriul său viitor (ideea principală a **psihologiei umaniste**).

În sec. XX, filosofi precum Karl Jaspers, Edmund Husserl, Martin Heidegger ş.a., au dus mai departe doctrina existențialistă, iar cel care a făcut-o foarte populară a fost Jean-Paul Sartre (1946). Acesta era adeptul unui existențialism ateu care nu dorea să demonstreze că Dumnezeu nu există ci că „omul are nevoie să se regăsească pe sine şi să înțeleagă că nimic nu-l poate salva de sine însuşi, nici măcar o dovadă validă a existenței lui Dumnezeu" (p. 368).

În acest capitol

→ analiza existenţială şi logoterapia
→ psihologia existenţia-listă în SUA: Rollo May
→ teoria centrată pe persoană
→ teoria constructelor personale

1. Existență vs. Esență: ceea ce eşti (esența ta) este un rezultat al alegerilor tale (existența ta), nu invers. Esența nu înseamnă destin.

2. Subiect vs. Obiect: oamenii sunt atât subiectivi, cât şi obiectivi. Ei trebuie să caute adevărul, ducând o viață activă şi autentică.

3.Semnificatia: oamenii caută semnificație pentru propria lor viață (Cine sunt? Ce caut aici? A fi sau a nu fi?).

4. Responsabilitatea: „Omul este ceea ce face din el însuşi" (Sartre)

5. Umanism: deşi nu sunt anti-ştiință, existențialiştii consideră că dilema omului nu poate fi rezolvată de o teorie pozitivistă. Ei consideră că teoriile dezumanizează oamenii.

Figura 9.1. Cinci mari teme ale existenţialismului.

„Anxietatea este amețeala libertății” (**Søren Kierkegaard**)

„Libertatea este doar aspectul negativ al întregului fenomen, al cărui aspect pozitiv este responsabilitatea. De fapt, libertatea este în pericol să degenereze într-un simplu capriciu dacă nu este viețuită în termenii responsabilității. Acesta este motivul pentru care am recomandat ca Statuii Libertății de pe Coasta de Est să îi fie adăugată o Statuie a Responsabilității pe Coasta de Vest [a SUA]” (**Viktor Frankl**, 2009, p.145).

Martin Heidegger a introdus conceptul de *ființă-în-lume* (*Dasein*). Acest termen desemnează unitatea dintre subiect şi obiect, dintre om şi lume. Existențialiştii consideră că atunci când omul este studiat din exterior, se comite o greşeală atât față de ființă, cât şi față de lumea în care există. Lumea unui om poate fi înțeleasă cel mai bine numai de el însuşi, pe baza experienței şi situației actuale. Prin urmare, existențialiştii favorizează metoda **fenomenologică,** conform căreia *realitatea este realitatea percepută*. Sentimentul alienării față de sine şi față de lumea în care trăieşte este specific, în epoca modernă, nu numai bolnavului mental, ci şi omului de rând. Oamenii sănătoşi trăiesc în comuniune cu mediul natural (*Umwelt*), cu ceilalți oameni (*Mitwel*) şi cu ei înşişi (*Eigen-welt)*. De asemenea, ei sunt conştienți de această comuniune şi de ceea ce semnifică ea pentru ei (May, 1958). Conştientizarea ființei-în-lume atrage după sine conştientizarea *neființei*. Moartea, după cum spunea Rollo May, este singurul lucru în viață care „nu e relativ, ci absolut, iar faptul că ştiu asta oferă fiecărei ore a existenței mele o calitate absolută” (p.49). Atunci când omul nu poate să-şi privească cu curaj existența şi neființa, acesta recurge la metode distructive, cum ar fi drogurile şi alcoolul. De asemenea, conştiința morții provoacă anxietate, care generează majoritatea bolilor. Omul sănătos priveşte cu curaj moartea şi realizează că neființa este complementară ființei.

În psihologie, existențialismul a pătruns prin metodele psihoterapeutice aplicate de Ludwig Binswanger şi Medard Boss. Dar se pare că şi psihanaliza freudiană a fost puternic influențată de existențialism (May, 1958), iar unii consideră că, în mod surprinzător, chiar şi un behaviorist precum Skinner a fost puternic influențat de către existențialism (Fallon, 1992). În Europa, principalul existențialist „oficial” a fost Viktor Frankl, iar în America, Rollo May. De asemenea, Carl Rogers şi George Kelly au abordat o perspectivă care poate fi numită atât umanistă, cât şi fenomenologică sau existențialistă. Numărul psihologilor existențialişti/umanişti este mult mai mare (vezi May, 1958; Jacobsen, 2008), dar în continuare ne vom referi doar la aceştia. Activitatea lor a fost în principal una terapeutică, iar teoriile lor nu s-au format pe baza unor studii empirice riguroase, ci pe baza observațiilor clinice.

Analiza existențială şi logoterapia

Existențialismul european a fost considerat pesimist, deoarece pune accentul pe disperare, anxietate şi moarte (Maslow, *cf* Wong, 2006). **Viktor Frankl** este, totuşi, un caz aparte, fiind primul care a avut o perspectivă pozitivă. Datorită filosofiei sale, ar putea fi considerat părintele psihologiei pozitive. Acesta este un aspect surprinzător, deoarece nici un alt existențialist nu a suferit mai mult ca Frankl. Nenorocul a făcut ca el să fie evreu în perioada celui de-al doilea război mondial, motiv pentru care a fost deportat în două

lagăre de concentrare (Auschwitz şi Dachau), între 1942 şi 1945, unde a îndurat binecunoscutul tratament nazist şi unde întreaga familie i-a fost ucisă, în afară de sora lui. Înainte de a fi deportat, Frankl deja pusese bazele teoriei sale, numite **analiză existențială** şi metodei terapeutice numite **logoterapie** (Frankl, 1984/2009). Cei doi termeni sunt folosiți adesea interşanjabil în scrierile lui Frankl.

Figura 9.2. Viktor Emil Frankl (1905-1997)

Neuropsihiatru care a studiat cu Freud şi cu Adler, Frankl a avut o concepție diferită față de aceştia şi a fondat ceea ce s-a numit „a treia şcoală vieneză de psihoterapie". El nu respinge ideea de inconştient, dar consideră că **„voința de sens"** este motivația principală a omului, nu plăcerea (Freud) sau dominația (Adler). *Logosul* din cuvântul logoterapie este un cuvânt grecesc care stă ca sufix şi la denumirile unor ştiințe (psiho*logie*, bio*logie*) şi care poate însemna cunoaştere, semnificație, sens, uneori chiar rațiune divină (teologii îl numesc logos sfânt pe Hristos). Logoterapia devine astfel o încercare terapeutică de a-i ajuta pe pacienți să găsească un sens (logos) vieții şi suferinței lor, satisfăcând astfel voința de sens, motivația principală. Când omul are un sens în viață, acesta „este capabil să trăiască şi să moară pentru idealurile şi valorile sale!" (*ibidem*, p.111). Această convingere i-a fost întărită lui Frankl în lagărele de concentrare, unde „cei mai apți pentru a supraviețui erau tocmai acei oameni care ştiau că au de dus la bun sfârşit un anumit lucru" (*ibidem*, p.117). Pe de altă parte, lipsa de sens conduce la *frustrare existențială*, iar mai departe, la *nevroza noogenă* (gr. *noos* = minte), adică o nevroză provocată de imposibilitatea de găsi un sens propriei vieți şi/sau suferințe. Frankl începea adesea o şedință terapeutică cu întrebarea „de ce nu te sinucizi?", acest punct de plecare având scopul de a-l face pe pacient să-şi dea seama treptat că are de ce trăi sau, cu alte cuvinte, că viața sa are sens. Adesea, Frankl citează o replică preferată de-a lui Nietzsche „cel ce are un *de ce* pentru care să trăiască, poate îndura aproape *orice*". *Vidul existențial*, un sentiment de gol interior şi de o totală lipsă de sens caracterizează, în viziunea lui Frankl, o mare parte din lumea modernă. Acest vid existențial se manifestă de multe ori printr-o stare de plictiseală. „E păcat că mulți nu vor şti ce să facă cu surplusul lor de timp liber" (*ibidem*, p.119).

Sensul vieții poate fi unul general sau cel de moment. Cel mai important este cel de moment şi este legat de *responsabilitate*, de a face ceea ce trebuie (Frankl, 1961; 2009; 1999/2008). Conform logoterapiei, sensul vieții se poate găsi pe trei căi diferite: (1) prin creație (fie că este vorba de o activitate socială, ştiințifică, artistică etc., numai să *faci* ceva), (2) prin experimentare şi cunoaşterea unei anumite/anumitor persoane şi (3) prin atitudinea pe care o avem în fața

„... ceea ce contează cu adevărat este nu ceea ce aşteptăm noi de la viață, ci mai degrabă ceea ce viața aşteaptă de la noi" (**Viktor Frankl**, 2009, p.89).

„*Dacă e ca viața să aibă un rost, atunci trebuie să existe deopotrivă un sens şi în suferință. Suferința face parte din viață şi este de nedezrădăcinat din ea, precum este soarta şi moartea. Fără suferință şi moarte, viața omului nu este întreagă*" (**Viktor Frankl**, 2009, p.80).

unei suferințe inevitabile. Prin cea de-a doua modalitate putem întâlni dragostea, care, în logoterapie, nu este doar o sublimare a actului sexual, cum este în psihanaliză, ci „un fenomen la fel de fundamental ca şi sexul" (Frankl, 2009, p.124). Dar poate cea mai importantă idee a logoterapiei este aceea că se poate găsi sens în suferință. Desigur, asta nu înseamnă că suferința este o condiție pentru găsirea sensului, dar Frankl a observat că Homo sapiens este mai interesat de câştig, iar Homo patiens (omul ce suferă) este mai preocupat de găsirea unei semnificații. Un exemplu foarte elocvent este acela al unui pacient care nu mai avea pentru ce trăi în urma decesului nevestei sale. Într-o şedință de psihoterapie, Frankl l-a întrebat cum s-ar fi simțit soția lui dacă ar fi murit el în locul ei. Pacientul a presupus că la fel de rău ca şi el şi astfel a găsit un sens pentru suferința sa: suferă el pierderea nevestei, iar nevasta nu suferă pierderea lui (acest caz exemplifică şi că logosul este mai profund decât logica; mulți oameni nu ar găsi o logică în asta). O atitudine precum cea a pacientului respectiv este şi un exemplu elocvent şi pentru ceea ce Frankl numea „optimism tragic". În căutarea lor pentru semnificație, oamenii pot da peste „triada tragică": suferința provocată de (1) durere, (2) vinovăție şi (3) moarte. Cu alte cuvinte, triada tragică este o sintagmă ce indică sursele suferinței şi ale bolilor psihice, iar psihoterapeutul poate acționa asupra acestora pentru a vindeca pacientul, adică a-i indica un sens al vieții.

Psihologia existențialistă în SUA: Rollo May

Rollo May este cel care a introdus psihologia existențialistă în Statele Unite ale Americii şi totodată cel mai acerb susținător al acesteia pentru în jur de o jumătate de secol. Urmând tradiția pesimistă a existențialismului, May s-a concentrat în special asupra **anxietății**, care nu este considerată un simptom clinic, ci un sentiment inerent conştientizării morții. Uneori, oamenii uită de moarte, scăpând astfel de anxietate, dar această evitare a confruntării cu soarta nu poate fi permanentă. Prin urmare, anxietatea ar fi „starea subiectivă a individului dată de conştientizarea individului că existența sa poate fi distrusă, că poate deveni *nimic*" (May, 1958, p.50). Alte două surse ale anxietății sunt amenințarea unor valori legate de existența individuală, precum şi de libertate (lui May îi place să citeze adesea replica lui Kierkegaard expusă în caseta de la pag.74). Societatea modernă şi-a pierdut, în viziunea lui May, valorile tradiționale şi „nu am găsit încă noul centru care ne va permite să ne alegem constructiv scopurile şi să trecem astfel peste dureroasa confuzie şi anxietatea de a nu şti încotro să ne mişcăm. Altă rădăcină a maladiei noastre este pierderea simțului valorii şi demnității ființei umane" (May, 1953, p.49). Aceasta este anxietatea normală, existențială, dar pe lângă ea, mai există şi o *anxietate nevrotică*, cauză a maladiilor mintale, o reacție disproporțională în raport cu valoarea

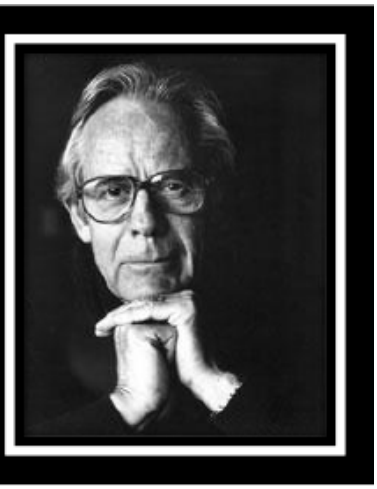


Figura 9.3. Rollo May (1909-1994)

amenințării, care implică conflicte intrapsihice şi mencanisme de apărare.

O altă dimensiune *ontologică* (= inerentă existenței, ființării, nu dependentă de anumite situații) este **vinovăția**. May găseşte trei forme de vinovăție, fiecare din ele fiind în legătură cu cele trei tipuri de mediu de care aminteam la pag.74. Aşadar, avem o vinovăție datorată înstrăinării de lumea naturală (*Umwelt*), ca o consecință a avansului tehnologic, o vinovăție datorată faptului că nu putem să percepem corect lumea altora (*Mitwelt*) şi o vinovăție datorată negării propriului potențial sau imposibilității de a-l împlini, deci, cu alte cuvinte, o vinovăție datorată relației cu sinele (*Eigenwelt*). Trebuie să nu uităm faptul că aceste fenomene sunt ontologice, deci nu putem scăpa de ele, dar le putem folosi uneori în avantajul nostru. O *vinovăție nevrotică* (= neacceptată) duce la simptome cum ar fi impotența sexuală, depresia, cruzimea etc. (*ibidem*).

Astfel de reflecții au fost făcute de May în timp ce privea moartea în ochi, fiind bolnav de tuberculoză, într-o perioadă în care nu prea existau leacuri eficiente, iar mai târziu au fost aşezate într-o serie de cărți şi articole. Dar viziunea sa nu este una pesimistă, dar nu am putea spune nici că este una total optimistă (cum ar fi cea umanistă), ci mai degrabă *dialectică* (Wong, 2006), May considerând că omul este în egală măsură capabil de a face bine şi de a face rău. Partea pozitivă în această existență relativ tragică este acea capacitate a omului numită **intenționalitate**. Intenționalitatea face legătura dintre *subiect şi obiect*, pe baza ei, noi, ca subiecți, vom alege ce să facem în funcție de *intențiile* pe care le avem. De exemplu, un om (subiect) poate face dintr-o foaie (obiect) un avion, o schiță, o scriere etc., în funcție de scopul urmărit. Subiectul şi obiectul rămân aceleaşi, dar intenționalitatea determină legătura dintre ele (Feist, Feist, 2006). Astfel, prin *curaj* (= intenția de a face ceea ce trebuie, chiar dacă e în detrimentul sinelui) omul poate renunța la sine, iar acest lucru, este, în mod paradoxal, cel mai bun lucru pentru sine, pentru a suporta sau elimina anxietatea şi vinovăția (May, 1953).

Principala motivație, din perspectiva lui May, este orice lucru care acaparează întregul individ, cum ar fi sexul, mânia sau dorința de putere. Întregul sistem de motivații ale individului formează *daimonul* acestuia, adică totalitatea trebuințelor care acaparează individul, asemenea unui demon sau unui zeu. Cel mai rău este atunci când sistemul daimonic este neechilibrat şi îl împinge pe om să comită acte rele, distructive. În cea mai celebră carte a sa, *Dragoste şi Voință*, May consideră că acestea două sunt cele mai importante daimonuri ale omului. În ceea ce priveşte **dragostea**, May distinge patru tipuri: sex, eros, philia şi agape. Dacă în perioada pre-modernă, oamenii se simțeau anxioşi şi vinovați că fac sex, în

„Problema este cum vom înțelege lumea unei alte persoane. Nu poate fi înțeleasă ca o colecție exterioară de obiecte pe care le vedem din exterior (caz în care nu o înțelegem cu adevărat niciodată), nici prin identificare emoțională (caz în care înțelegerea nu ne este de ajuns, întrucât nu am reuşit să păstrăm realitatea propriei noastre existențe). Într-adevăr, o abordare a lumii care elimină «cancerul», adică dilema dificilă! Se cere o dihotomia tradițională subiect-obiect” (**Rollo May**, 1958, p.56).

„Când citim drama lui Oedip, (...) suntem surprinşi să vedem că nu are nimic de-a face cu conflictele legate de dorința sexuală sau cu uciderea tatălui. Aştea sunt fapte trecute, de la începutul dramei. Oedip este un rege bun (...) care a capitulat în mod înțelept şi curajos în Teba şi care a avut o căsnicie fericită mai mulți ani cu Regina Iocasta. Singura problemă a dramei este dacă el va realiza ce a făcut. Chestiunea tragică este aceea de a vedea adevărul despre tine însuți; este tragedia relației pasionale cu adevărul. Greşeala tragică a lui Oedip este mânia împotriva propriei realități" (**Rollo May**, 1961, p.46).

perioada modernă, datorită unor mişcări ideologice revoluționare, sexul a devenit mult mai liber, iar oamenii au început să se simtă anxioşi şi vinovați când *nu* fac sex. Eros, dimpotrivă, este dorința de a stabili o relație durabilă, de „a fi unul cu partenerul". Fără Eros, crede May, specia umană nu ar fi supraviețuit. Eros se bazează pe *philia*, adică pe o prietenie intimă şi nonsexuală dintre doi oameni, iar la rândul ei, philia se bazează pe *agape*, adică „stima pentru altul şi preocuparea bunăstarea altuia, dincolo de orice câştig pe care îl poate obține cineva (May, 1969, *apud* Feist, Feist, 2006, p.353). **Voința** este cam acelaşi lucru cu intenționalitatea. Scopul nostru, ne arată May, este să realizăm o unitate între acestea două, deoarece diviziunea pe care a făcut-o societatea modernă între ele este principala ei problemă. Trebuie să avem intenția de a iubi. Rămâne doar să vedem cum se mai poate aşa ceva.

May a fost interesat şi de problema **miturilor**, realizând o reinterpretare a mitului lui Oedip şi considerând că „simbolurile şi miturile sunt expresia conştiinței de sine unice a omului, a capacității sale de a transcende imediatul şi concretul şi de a privi viața în termenii «posibilului»; această capacitatea este expresia experienței sale de a avea propria lume" (1961, p.44).

Teoria centrată pe persoană

Perpsectiva pozitivă/optimistă şi-a atins apogeul în operele psihologilor americani Abraham Maslow şi **Carl Rogers**, fondatorii psihologiei umaniste. După cum bine ştim, Maslow considera că există există două tipuri de trebuințe (fiziologice şi de autoactualizare), iar autoactualizarea este treapta maximă de dezvoltare a personalității, fiind atinsă de foarte puține persoane. Rogers are o părere puțin diferită. El consideră că tendința de actualizare este universală, inerentă ființei umane. Ea se datorează motivației fundamentale a organismului de a se îmbunătăți permanent. Teoria lui Rogers a fost formulată pe baza activității sale terapeutice şi este, în principal, o teorie clinică (*Terapia centrată pe client*). Când vorbim de o teorie mai comprehensivă, o perspectivă a personalității propusă de Rogers, folosim numele de **teorie centrată pe persoană** (Feist, Feist, 2006). După cum precizam în partea introductivă a acestui capitol, existentialist-umanişții nu au teorii riguros elaborate şi, deşi poate părea altfel la prima vedere, nici teoria lui Rogers nu este una deplin ştiințitifică, este, practic, un mod de a privi lucrurile. Rogers şi adepții săi au realizat, însă, diverse studii care le-au confirmat ipotezele (la fel s-a întâmplat, de altfel, şi în cazul celorlalte teorii existențialist-umaniste), dar acestora le lipseşte un control riguros al variabilelor independente. Deci, deocamdată, existențialismul, umanismul şi metoda fenomenologică nu pot dobândi rangul de ştiință. Rogers recunoştea valoarea cercetării ştiințifice, dar era oarecum mulțumit de faptul că nu există o ştiință a comportamen-

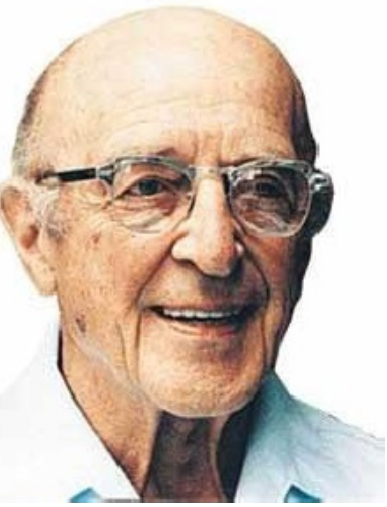


Figura 9.4. Carl Ransom Rogers (1902-1987)

tului, care să permintă unora să-i controleze pe alții după bunul plac. El considera că aceasta ar fi pasul către o societate robotizată şi nu era de acord cu viziunea utopică a lui Skinner, a unei societăți în care comportamentul este controlat pe baza principiului întăririi pozitive, considerând că această societate ar distruge persoana umană liberă pe care a cunoscut-o el în terapie. „Pentru mine, zice Rogers, aceasta este o pseudoformă a vieții bune, care include totul, mai puțin ceea ce o face să fie bună" (Rogers, 1961/2008, p.526).

Tendința de actualizare este „forța vitală" a tuturor organismelor, motivația care le împinge să-şi dezvolte la maxim potențialul, să-şi facă existența cât mai bună. Această perspectivă ne arată că este vorba de mai mult decât selecție naturală şi lupta pentru supraviețuire. Este vorba şi de calitatea vieții. Dacă un organism nu reuşeşte să aibă o viață cât mai bună, asta nu se întâmplă pentru că nu încearcă, ci datorită influențelor negative.

Selecția naturală a făcut în aşa fel încât fiecare organism ştie ce este bine pentru el (de exemplu, mâncărurile bogate în principalul combustibil al organismului, zahărul, sunt dulci, iar dulcele place oricui). Această capacitate se numeşte **valorizare organismică**. Când vine vorba de nutrienți, am văzut că valorizăm dulciurile. Când vine vorba de oameni, vom valoriza unele comportamente ce ne sunt adresate, cum ar fi afecțiunea, atenția, dragostea etc., comportamente pe care Rogers le include în termenul de **considerație pozitivă**. Oamenii, spre deosebire de alte specii (şi probabil datorită limbajului verbal), ajung şi la ceea ce se numeşte **autoconsiderație pozitivă**. Cu alte cuvinte, ne putem oferi singuri dragoste, atenție etc., prin stimă de sine, printr-o imagine pozitivă despre propria persoană. Totuşi, viața nu este tocmai uşoară şi încă de mici, pentru a primi o considerație pozitivă trebuie să îndeplinim nişte **condiții de merit**. Câți dintre noi au avut accesul la acele alimente dulci înainte de a termina o mâncare cam fără gust? Cui i-a mai fost acordată afecțiune după ce a luat o notă mică? Şi, desigur, pe măsură ce am crescut, au apărut din ce în ce mai multe condiții pe care ni le pune societatea pentru a primi ceea ce ne este necesar. Datorită acestor condiționări, în timp, autoconsiderația pozitivă se transformă şi ea într-o **autoconsiderație pozitivă condiționată**. Începem să ne „împăcăm" cu noi înşine *numai dacă* atingem anumite standarde, dacă suntem suficient de buni precum ne-am propus şi, după cum bine ştim fiecare, rareori se întâmplă acest lucru. Prin urmare, vedem că tendința de actualizare funcționează şi funcționează în favoarea noastră, dar societatea este potrivinică ei (fig. 9.5.). Desigur, asta nu înseamnă că este „rea", doar că adesea, în încercarea de a face bine, face mai degrabă rău. Prea mult zahăr poate provoca probleme de sănătate, dar este foarte rău atunci când un copil nu

„Am constatat că faptul de a-mi da voie să înțeleg o altă persoană are o valoare imensă. *Felul în care am formulat această afirmație poate să vă pară ciudat. E nevoie să-ți* dai voie *să-l înțelegi pe altul? Eu cred că da. Prima noastră reacție la majoritatea afirmațiilor pe care le auzim de la alți oameni este o evaluare sau o judecată imediată, şi nu o înțelegere a lor (...) Foarte rar ne dăm voie să* înțelegem *exact ce semnificație are pentru celălalt afirmația sa"* (**Carl Rogers**, 2008, pp. 51-52).

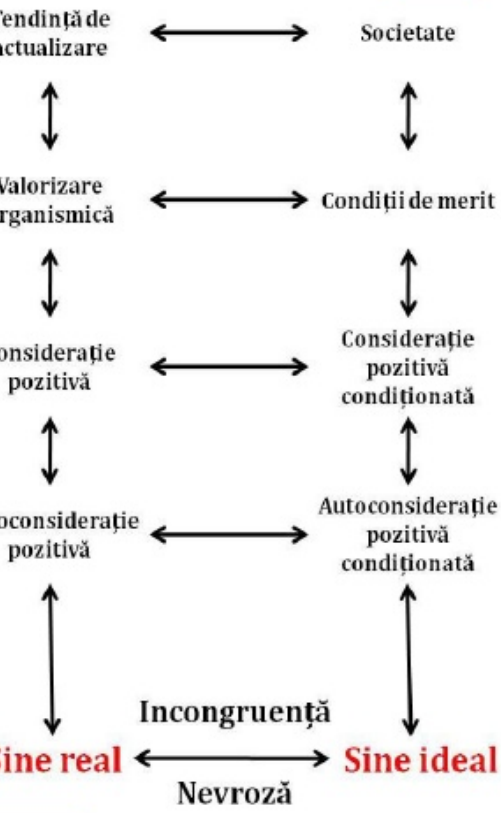


Figura 9.5. Tendința de actualizare și opoziția ei din partea societății (după Boeree, 2006).

mai primește considerație pozitivă din cauza unor note. Faptul că nu învață trebuie rezolvat altfel.

Sinele este un concept esențial în teoria lui Rogers. Urmărind traseul propus de tendința de actualizare, organismul ajunge la **sinele real**, adică acel „eu" care rezultă dacă toate lucrurile merg cum trebuie pentru organism. Dar știm că societatea nu este mulțumită de acest sine real, de aceea, îi opune un **sine ideal**, bazat pe o sumedenie de condiții. Fiind ideal, acest sine nu se va putea atinge niciodată. Marea problemă este că pentru organism nu va fi de ajuns ceea ce este (sinele real), ci va trebui mereu să fie într-un fel sau altul, după cum vor alte persoane (sine ideal), iar de cele mai multe ori, dacă reușești să mulțumești o persoană, nu reușești să o mulțumești și pe alta. Discrepanța ce apare între sinele real și sinele ideal a fost numită de către Rogers **incongruență**. Incongruența este resimțită într-un mod negativ de către organism, provocând **nevroză** (fig. 9.5.).

De aici, nu se ajunge foarte greu la o boală psihică. Mecanismul psihopatogenetic (= care explică cum se formează boala psihcă) propus de Rogers începe cu nevroza (incogruența dintre sinele real și cel ideal). Situația care provoacă o nevroză este neapărat o **situație amenințătoare**. De exemplu, când nu reușim să facem ce ne-am propus, ne vom considera ratați, iar această situație este amenințătoare și provoacă reacții nevrotice (vrem să ne lase lumea în pace, țipăm „fără motiv" etc.). În orice situație amenințătoare, reacția normală a unui organism este de **apărare**. Mecanismele de apărare propuse de Rogers sunt asemănătoare cu cele propuse de Freud, doar că sunt privite dintr-o perspectivă fenomenologică (sunt moduri personale de a refleca situațiile). Rogers distinge două mecanisme de apărare: *negarea* (care include și ceea ce Freud numește refulare; de exemplu, dacă nu reușim să facem ceea ce ne propunem, putem spune că nu avem nevoie să facem acel lucru) și *distorsiunea perceptivă* (o manieră de reinterpretare a realității favorabilă persoanei). Dacă mecanismele de apărare nu reușesc să-și îndeplinească funcția, atunci incongruența, și implicit nevroza, va crește. În aceste condiții, organismul se află într-o situație și mai amenințătoare și se repetă întregul ciclu, conducând astfel către un **sine destrămat** (*shattered*) sau, altfel spus, către o **psihoză** (fig. 9.6.). Acesta este momentul în care individul se află la „punctul de fierbere" și uneori „dă pe-afară", manifestând niște izbucniri psihotice (aude voci, vede persoane sau obiecte inexistente, râde „ca nebunul" din senin, deliriază etc.).

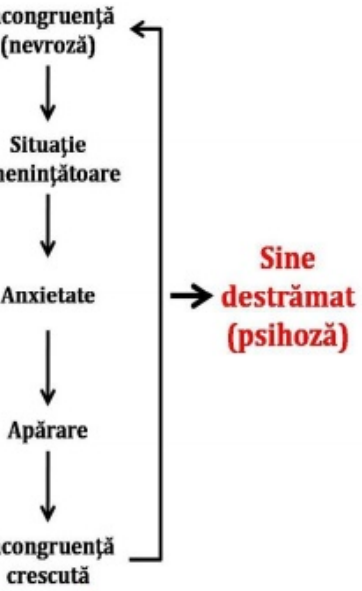


Figura 9.6. Mecanismul psihopatogenezei propus de Rogers (după Boeree, 2006).

Societatea modernă, prin evoluția sa tehnologică, şi nu numai, predispune într-o foarte mare măsură individul la tulburări psihice. Rogers face comparația cu o pasăre tropicală căreia îi cresc pene din ce în ce mai multe şi mai colorate, care au rolul de a atrage parteneri sexuali. La un moment dat, cantitatea de pene nu îi mai permite păsării să se ridice de la sol, devenind astfel vulnerabilă la prădători. Cam acelaşi lucru s-a întâmplat şi cu specia noastră. Cursul evoluției ne-a făcut vulnerabili, dar nu în fața prădătorilor, ci în fața condițiilor create de noi înşine.

Există, totuşi, speranță. Rogers oferă o serie de cinci atribute pe care ar trebui să le dețină o persoană „complet funcțională". Acestea sunt: (1) *deschiderea către experiență*: este opusul atitudinii defensive şi implică acceptarea realității şi a sinelui; (2) *modul de viață existențialist*: în mare, înseamnă „trăirea clipei"; (3) *încrederea organismică*: ar trebui să avem mai multă încredere că organismul nostru „ştie" ceea ce este mai bine pentru el; (4) *libertatea existențialistă*: Rogers consideră că nu problema liberului arbitru este relevantă, ci faptul că simțim că suntem liberi, iar persoana complet funcțională este cea responsabilă pentru ceea ce face; (5) *creativitatea*: omul care se simte liber şi responsabil, se va implica în problemele societății şi va căuta moduri creative de a le rezolva, adică va încerca să îi facă şi pe alții să se actualizeze (Boeree, 2006).

Teoria constructelor personale

Teoria constructelor personale, a lui **George Kelly**, este una foarte greu de categorizat. De-a lungul timpului a fost numită cognitivă, comportamentală, existențială, fenomenologică, dar nu este nici una din acestea, dar totodată cuprinde toate aceste perspective. Am putea-o numi *metateorie* (Feist, Feist, 2006), iar Kelly însuşi o numeşte *alternativism constructivist* (1955). Ideea constructelor personale a pornit de la observația lui Kelly că nu există o diferență semnificativă între oamenii de ştiință şi oamenii de rând. „Nu îşi asumă oare omul individual, fiecare în felul său, rolul de om de ştiință, căutând mereu să prezică şi să controleze cursul evenimentelor în care este implicat? Nu are el teoriile lui, nu-şi testează ipotezele şi nu-şi interpretează dovezile experimentale?" (Kelly, 1995, p.5). Într-adevăr, comportamentul unui om de ştiință nu pare a fi fundamental diferit de cel al oamenilor de rând, diferențele fiind de altă natură. Prin aceste teorii, omul îşi construieşte lumea, adică realizează un model (mental) al acesteia, pe care apoi îl supune la testul realității, la fel cum fac şi personologii cu modelele lor. Aceste modele au fost numite **constructe personale**, nişte „moduri de a construi lumea. Ele permit omului şi unor animale inferioare să schițeze un curs comportamental, formulat explicit sau acționat implicit, exprimat verbal sau nearticulat, consistent sau inconsistent cu alte cursuri comportamentale, raționate intelectual sau simțite vegeta-

Figura 9.7. George Alexander Kelly (1905-1967)

„Un construct este un mod prin care unele lucruri sunt contruite ca asemănătoare, dar diferite de altele” (**George Kelly**, 1955, p.105).

tiv” (*ibidem*, p.9). Din această perspectivă, realitatea este una singură, dar sunt foarte mici şanse ca doi oameni să şi-o reprezinte (construiască la fel), întrucât fiecare dispune de alte constructe personale. De asemenea, o singură persoană poate privi lucrurile în mod diferit, constructele nefiind fixe şi permanente. Comportamentului omului devine astfel determinat de aceste constructe personale, nu (doar) de mediu. Prin urmare, Kelly nu este de acord cu behaviorismul radical, dar nici cu o fenomenologie extremistă. Teoria lui Kelly este exprimată printr-un *postulat fundamental* şi *11 corolare*, pe care le vom prezenta în continuare. (Un postulat este o asumpție fundamentală despre un obiect care precede toate celelate asumpții ale sistemului logic, iar un corolar este o asumpție care decurge, în mod logic, dintr-un postulat fundamental.)

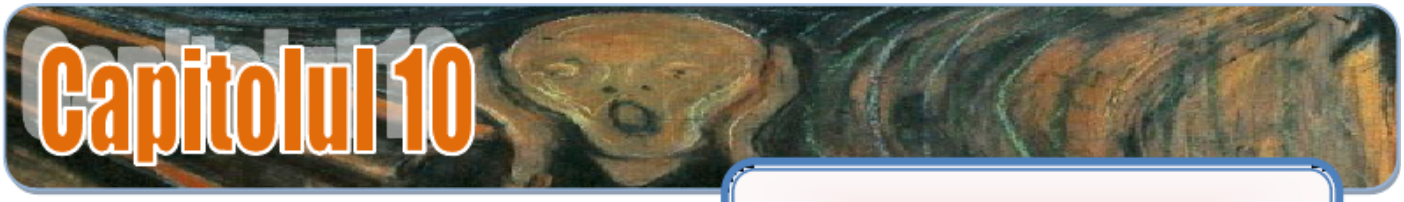
Postulatul fundamental: „procesele unei persoane sunt canalizate psihologic de către modurile în care anticipează evenimentele” (Kelly, 1955, p.46). Cu alte cuvinte, comportamentele oamenilor (gânduri şi acțiuni) sunt direcționate de către modul în care aceştia privesc viitorul.

1. **Corolarul construcției**: „o persoană anticipează evenimentele construindu-le replicări” (p.50). Oamenii construiesc (interpretează) evenimentele în funcție de anumite teme recurente (similarități între evenimentele trecute şi cele posibile, viitoare).
2. **Corolarul individualității**: „persoanele diferă între ele în ceea ce priveşte construirea evenimentelor” (p.55).
3. **Corolarul organizării**: „fiecare persoană îşi dezvoltă, pentru o mai mare comoditate în anticiparea evenimentelor, un sistem constructiv caracteristic, care conține relații ordinale între constructe” (p.56). Omul nu diferă doar în ceea ce priveşte constructele personale, ci şi în modul de organizare al acestora, deoarece un mod de organizare eficient pentru o persoană, nu va fi neapărat şi pentru o altă persoană.
4. **Corolarul dihotomiei**: „sistemul constructiv al unei persoane este compus dintr-un număr finit de constructe dihotomice” (p.59). Fiecare construct are o parte favorabilă şi una mai puțin favorabilă sau chiar complet nefavorabilă.
5. **Corolarul alegerii**: „o persoană alege pentru sine acea alternativă a unui construct dihotomic prin care aceasta anticipează o posibilitate mai mare de extensie şi definire a propriului sistem [de constructe]” (p.64). De exemplu, dacă vrem să cumpărăm o carte, am putea cumpăra un roman, care nu ne-ar folosi decât pentru timpul liber, sau am putea cumpăra o carte de psihologie mai uşoară, pe care am putea-o citi şi în timpul liber şi care ar fi *folositoare* şi pentru un viitor examen sau la licență. Astfel, pe viitor, vom putea face mai multe alegeri în respectivele situații, datorită constructului dihotomic *folositor/nefolositor* (care, desigur, e format pe baza experienței).
6. **Corolarul intervalului [de convenienţă]**: „un construct este convenient doar pentru anticiparea unui interval finit de evenimente” (p.68). De exemplu, constructul folositor este folosit pentru un interval foarte mare de evenimente, dar *ne-/testabil empiric* se poate aplica doar la anumite ipoteze sau teorii.

7. **Corolarul experienței**: „sistemul constructiv al unei persoane variază pe măsură ce aceasta construieşte succesiv replicările evenimentelor” (p.72). Acest corolar se referă la extinderea sistemului de constructe prin experiență şi învățare.
8. **Corolarul modulării**: „variația din sistemul de constructe al unei persoane este limitată de permeabilitatea constructelor în al căror interval de convenineță se situează variații” (p.77). E, desigur, vina lui Kelly că nu putem înțelege mai nimic din formularea acestui corolar. Oricum, ideea principală este că extinderea sistemului de constructe depinde şi de permeabilitatea pe care o au respectivele constructe, atunci când sunt expuse la situații noi (experiențe).
9. **Corolarul fragmentării**: „o persoană poate adopta succesiv o varietate de subsisteme constructive care sunt incompatibile unele cu celelalte” (p.83). De exemplu, un politician poate vorbi adesea despre cinste şi dreptate!
10. **Corolarul similarității**: „în măsura în care o persoană adoptă o construcție a experienței similară cu cea adoptată de altă persoană, procesele psihologice ale celor două persoane sunt similare” (p.90). Două persoane nici măcar nu trebuie să trăiască aceleaşi evenimente pentru ca procesele lor psihice să fie similare. Ele trebuie doar să construiească realitatea asemănător.
11. **Corolarul socialității**: „în măsura în care o persoană construieşte procesele constructive ale altei persoane, aceasta poate juca un rol [semnificativ] într-un proces social care implică cealaltă persoană” (p.95). Adică, cine se aseamănă, (poate) se adună.

- Existențialismul este doctrina filosofică ce analizează ființa umană nu ca pe un obiect de studiu, nici ca pe un subiect de introspecție, ci ca pe o ființă care există în lume. Această perspectivă a determinat apariția unui curent existențialist şi în psihologie şi a stat la baza psihologiei umaniste. Fenomenologia este metoda folosită de existențialişti/umanişti.
- Ideea principală a analizei existențiale / logoterapiei lui Frankl este aceea că motivația de bază a omului este voința de sens. Viața trebuie să aibă un sens pentru a putea fi trăită. Lipsa de sens conduce le frustrare existențială, nevroze noogene, la vid existențial şi la alte tulburări psihice. De multe ori, sensul se poate găsi în suferință, dar aceasta nu este o condiție.
- May consideră că anxietatea şi vinovăția sunt ontogenetice, nu situaționale, datorându-se conştientizării inevitabilității morții. Totuşi, intenționalitatea (voința) şi dragostea îi ajută pe oameni să-şi accepte condiția şi să ducă o viață sănătoasă.
- Din perspectiva teoriei şi terapiei centrate pe persoană (Rogers), principala motivație umană este tendința de actualizare. Aceasta conduce la un sine real, căruia i se opune un sine ideal, impus de societate. Incongruența dintre sinele real şi cel ideal provoacă nevroze şi de aici se poate ajunge, în timp, la psihoze (sine destrămat).
- În viziunea lui Kelly, un construct dispozițional este un mod de a construi lumea, iar acest mod, specific fiecărei persoane, explică diferențele comportamentale dintre oameni. Kelly oferă un postulat fundamental în legătură cu constructele personale şi 11 corolare care decurg din acest postulat.

1. Vă este familiar „vidul existențial”? Simțiti uneori că aveți prea multă libertate şi nu aveți la ce să o folosiți sau că nu folosiți timpul liber cum trebuie? Dacă da, ce e de făcut?
2. Când aveți o relație cu cineva, obişnuiți să priviți acea persoană ca pe o ființă umană sau ca pe un obiect care vă satisface propriile nevoi?
3. Găsiți o legătură (fenomenologică) între sinele real, ideal, destrămat şi constructele personale.



PERSONALITATEA ANORMALĂ

În acest capitol

- → psihopatologie evoluționistă
- → terapii comportamentale
- → genetica comportamentului anormal

Organizația Mondială a Sănătății consideră **normalitatea** ca fiind o completă *stare de bine* fizic, mintal şi social (Sadock, Sadock, 2007). Dar, la drept vorbind, nimic din ceea ce se întâmplă în Univers nu este altfel decât normal. Dacă am arunca o piatră şi, în loc să cadă, ar pluti sau s-ar ridica înspre cer, ar însemna că s-a întâmplat ceva cu atracția exercitată de forța gravitațională a pământului. Fie masa pământului a scăzut atât de mult încât nu mai atrage obiectele (deci şi noi am pluti o dată cu piatra), fie există o altă forță gravitațională mai puternică. Acest exemplu este, desigur, unul irațional, dar, dacă s-ar putea întâmpla cu adevărat aşa ceva, atunci comportamentul pietrei nu ar fi unul anormal. Neavând cunoştințe despre gravitație, am putea considera că este foarte anormal ce se întâmplă, dar, având aceste cunoştințe, ştim că piatra nu face altceva decât să urmeze o lege universală. Noi, ca locuitori ai acestei planete, suntem obişnuiți ca o piatră să cadă atunci când este aruncată, iar comportamentul de plutire ar fi unul cu care nu suntem obişnuiți. Acelaşi lucru este valabil când vine vorba şi de comportamentul uman, numai că pentru acesta din urmă nu avem încă o lege atât de generală precum este gravitația. Prin urmare, o personalitate anormală este, de fapt, o personalitate *neobişnuită* şi ni se pare anormală deoarece nu cunoaştem încă factorii determinanți. Rezultă de aici că normalul se referă la comportamentele obişnuite. Care sunt acestea?

Încercarea de a defini normalitatea are o istorie îndelungată, dar nu foarte rodnică. Daniel Offer şi Melvin Sabshin şi-au dedicat cea mai mare parte a carierei lor *normatologiei*, adică încercării de a descoperi prin metode ştiințifice ce este normalitatea (Sabshin, 2005). Rezultatul muncii lor ne-a oferit patru perspective asupra normalității: (1) *normalitatea ca sănătate*: o perspectivă psihiatrică, conform căreia lipsa unor semne de boală sau simptome relatate de către persoană indică o stare de sănătate; (2) *normalitatea ca utopie*: Freud era de părere că un eu normal este o ficțiune, un ideal ce nu poate fi atins, şi nu este singurul de această părere; din acest punct de vedere, normalitatea reprezintă funcționarea optimă a unei persoane datorată îmbinării armonioase a tuturor mecanismelor

„Într-o lume nebună, doar cei nebuni sunt sănătoşi” (**Akira Kurosawa**, regizor)

sale psihice; (3) *normalitatea ca medie*: din această perspectivă, comportamentele emise de cei mai mulți oameni sunt considerate normale, iar abaterile devin din ce în ce mai anormale pe măsură ce se îndepărtează de această medie; (4) *normalitatea ca proces*: din această perspectivă, normalitatea este produsul interacțiunii dintre o serie de variabile de-a lungul timpului; cu alte cuvinte, normalitatea este privită temporal, nu cross-situațional; de exemplu, normalitatea nu mai este la bătrânețe aceeaşi ca în adolescență, datorită diferențelor diferitelor variabile ce acționează la fiecare vârstă.

Istoric, anormalitatea comportamentală a fost încadrată în două mari categorii: *nevroze* şi *psihoze*. Mai târziu au fost adăugate şi aşa-numitele *tulburări de personalitate* (psihopatii), iar în ziua de azi, diagnosticăm anormalitatea unei persoane după DSM-IV-TR sau ICD-10*. Diagnosticul pe baza DSM este unul *multiaxial*, adică se realizează în funcție de mai multe variabile. Cele cinci axe DSM-IV-TR (fig. 10.1.) conțin toate tulburările comportamentale/psihice/mintale cunoscute (Axa I şi II), tulburări somatice care pot fi legate, într-un fel sau altul, de tulburarea psihică (Axa III), factorii sociali şi de mediu care ar putea afecta tulburarea psihică sau tratamentul acesteia (Axa IV) şi, în sfârşit, evaluarea funcționării globale (AXA V), care se realizează pe baza unei scale speciale (Sadock, Sadock, 2007). DSM-ul este un instrument ce poate fi folosit numai pentru diagnostic, fiind *ateoretic*, adică neoferind explicații pentru tulburările psihice.

Explicații pentru personalitatea anormală au venit din partea tuturor perspectivelor pe care le-am studiat în acest curs. Desigur, acest capitol s-ar întinde nepermis de mult dacă am analiza pe larg explicațiile oferite de fiecare perspectivă. În ceea ce priveşte existențialismul/fenomenologia/umanismul, am văzut în capitolul precedent modelele explicative ale personalității anormale (excepție făcând teoria constructelor personale). Legătura dintre trăsăturile de personalitate (cap.2) şi personalitatea anormală se stabileşte de-a lungul unui continuum (Costa, McCrae, 2002; 2006). În linii mari, acest lucru înseamnă că o abatere exagerată de la medie în ceea ce priveşte manifestarea unei trăsături va determina comportamente anormale. Desigur, sunt vizate în special trăsăturile nevrozism, psihotism (Eysenck), căutarea impulsivă de senzații şi agresivitatea (Zuckerman). În ceea ce priveşte neuropsihologia trăsăturilor (cap.3), au fost studiate în special legăturile dintre catecolamine (norepinefrină şi dopamină), serotonină şi anumite tulburări de dispoziție, şi chiar legăturile acestora cu unele tulburări grave, cum

Axa I: Tulburări clinice şi alte situații ce pot atrage atenția clinicianului (schizofrenie şi alte psihoze, tulburări afective, anxioase, somatoforme, factice, disociative etc.).

Axa II: Tulburările de personalitate şi retardul mintal; conține 3 grupe (clusteri):

- **Clusterul A**: personalitatea paranoidă, schizoidă şi schizotipală
- **Clusterul B**: personalitatea antisocială, borderline, histrionică şi naricisistă.
- **Clusterul C**: personalitatea evitantă, dependentă şi obsesiv-compulsivă.

Axa III: Condiții medicale generale ce pot fi asociate cu tulburarea psihică (neoplazii, tulburări endocrine, metabolice şi imunitare, tulburări respiratorii, cardiace, digestive, ale sistemului nervos, anomalii congenitale etc.).

Axa IV: Probleme psihosociale şi de mediu (probleme legate de mediul social, educațional, ocupațional, casnic, economic, juridic etc.).

Axa V: evaluarea funcționării globale cu ajutorul scalei GAF (*global assessment of functioning*).

Figura 10.1. Sistemul de diagnosticare multiaxial al DSM-IV-TR (după Sadock, Sadock, 2007).

* Nu vom explica aici termenii psihiatrici şi nici abrevierile. Pentru detalii, cititorul va consulta orice tratat modern de psihiatrie/psihopatologie (vezi şi sursele citate în acest capitol) sau Google.

este schizofrenia (Gray, 1998; Sadock, Sadock, 2007), precum şi legătura dintre hormoni şi comportamentele agresive (Zuckerman, 1991; 2003). Nu sunt multe de spus în legătură cu situaționismul şi interacționismul (cap.4). Evident, conform perpsectivei situaționiste, cauzele tulburărilor psihice vor fi datorate condițiilor de mediu în care se află individul (Mischel, 1968), iar interacționismul presupune interacțiunea dintre individ şi mediu în formarea unei personalități anormale. În continuare, vom vedea ce au avut de spus cercetătorii din aria evoluționistă, din aria geneticii şi din aria behavioristă despre personalitatea anormală* şi despre cum o putem „normaliza".

Psihopatologie evoluţionistă

Am putea spune că teoria evoluționistă este echivalentul biologic al teoriei gravitației. Aceasta din urmă ne-ar putea explica de ce nu ar fi nimic anormal dacă o piatră piatră urmează o traiectorie verticală când e aruncată, iar pentru comportamentele patologice ar fi foarte indicat să începem căutările unei explicații cu teoria evoluționistă. De ce? Pentru că nu mai putem să privim specia umană ca fiind ruptă de celelalte, ca fiind creată în mod special, ci ca pe o p altă specie care se supune legii supreme a acesteia, *selecția naturală* (cap.6). Conform acestei legi, natura (mediul) „selectează" cele mai bune trăsături ale unei specii, în scopul supraviețuirii şi reproducerii câtor mai multe exemplare, altfel spus, în scopul adaptării. Atunci de ce suntem atât de vulnerabili? Nu a reuşit după atâta vreme selecția naturală să ne „păzească" de mulțimea de tulburări comportamentale care ne afectează? Răspunsul clasic la întrebarea vulnerabilității (fizice şi mintale) era că, într-adevăr, selecția naturală nu a reuşit să ne protejeze, întrucât este un proces care nu poate avea rezultate perfecte. Acest răspuns acoperă însă doar o parte a problemei.

„Perspectiva evoluționistă ne-a revoluționat înțelegerea comportamentului cu o generație în urmă, dar majoritatea clinicienilor şi cercetătorilor care se ocupă cu sănătatea mintală încă privesc evoluția ca o alternativă interesantă sau chiar amenințătoare (...) Valoarea cea mare a abordării evoluționiste nu este o anumită descoperire sau terapie, ci cadrul pe care îl oferă pentru a integra modelul biopsihosocial. Probabil la fel de valoroasă este şi o empatie mai profundă stimulată de perspectiva evoluționistă asupra vicisitudinilor vieții" (**Randolph Nesse**, 2005, p. 903)

Mai departe, ne putem întreba: sunt toate manifestările neobişnuite ale unui organism dezadaptative? Pentru a răspunde la această întrebare, trebuie să ne îndreptăm atenția către cele mai simple forme de comportament ale organismului: reflexele. Un reflex se produce automat la acțiunea unui stimul specific. Astfel, strănutul şi tusea sunt nişte reflexe de apărare împotriva unor microorganisme care provoacă îmbolnăvirea căilor respiratorii. Dar nu putem spune că sunt comportamente patologice/anormale. Putem fi siguri, adică, de valoarea lor adaptativă, dacă ne apără de microbi. Cu toate acestea, ele de multe ori nu reuşesc să ne apare de microbii respectivi, iar afecțiunea persistă şi, de aceea, strănutul şi tusea sunt considerate ca manifestări ale bolii/dezadaptative. Dacă ar fi acelaşi lucru valabil şi pentru, să zicem, comportamentul schizoid sau histrionic? Dacă ar avea ele, de fapt, valoare adaptativă?

* Există numeroase alte perspective. Recomand cartea lui Şerban Ionescu (2006).

Într-un articol celebru, **George Williams** avansa ipoteza că „valoarea selectivă a unei gene depinde de modul în care afectează probabilitatea totală de reproducere” (1957, p. 410). Aceasta înseamnă că un organism nu este neapărat făcut să fie sănătos, ci să contribuie la perpetuarea speciei. Williams se întreabă de ce nu trăim mai mult sau chiar veşnic şi nu vrea să creadă că e doar un accident. El crede că vor fi selectate acele gene care au efecte benefice în perioada timpurie a vieții, chiar dacă ele vor cauza o distrugere mai rapidă a organismului sau îl vor lăsa vulnerabil peste câțiva ani. Pentru a oferi un exemplu, Williams îşi imagina o genă care ar putea accelera vindecarea oaselor, dar care, pe de altă parte, ar putea cauza calcifierea unor vase de sânge. Aceasta nu ar fi o „eroare” sau o imperfecțiune a selecției naturale, ci însăşi selecția naturală. Este mai important pentru perpetuarea speciei ca oasele organismului tânăr să fie sănătoase şi puternice, pentru ca acesta să-şi poată găsi un partener de împerechere. După trecerea perioadei în care poate lăsa urmaşi, un organism nu mai este la fel de „folositor”, aşa că acest compromis ar fi rezonabil (desigur, nu şi din punctul de vedere al inidividului). Un alt exemplu este menopauza. La ce bun ar „alege” natura să sisteze sistemul reproductiv al femeii şi de ce nu ar lăsa-o să moară direct? Majoritatea vedeau o imperfecțiune aici, dar Williams era de părere că reproducerea la vârste înainte ar putea fi dăunătoare pentru copiii deja existenți, care încă mai au nevoie de mamă. Ideile lui Williams sunt foarte provocatoare, dar adesea greu de demonstrat.

Figura 10.2. George Christopher Williams (n. 1926)

„În timp ce lucram asupra (...) evoluției senescenței, am început să caut un biolog evoluționist care ar fi dorit să abordeze problemele medicinei. Cu mare noroc, George Williams, însuşi arthitectul celei mai ineteresante explicații evoluționiste a senescenței (...), căuta, în acelaşi timp, un medic care să abordeze evoluționist boala. Când am început să discutăm, a devenit clar că a pune întrebări evoluționiste despre boală era o aventură nouă care ar putea fi foarte folositoare” (**Randolph Nesse**, 2006, p.84).

Un alt cercetător preocupat de problema senescenței (deteriorării unui organism datorate îmbătrânirii) a fost **Radolph Nesse**. Acesta, spre deosebire de biologul Williams, avea pregătire medicală, iar pe vremea aceea, evoluționismul nu era privit ca un aspect foarte important pentru teoria şi practica medicală, lucru care nu s-a schimbat foarte mult nici în ziua de azi, deşi evoluționismul ar trebui să fie ştiința de bază a medicinei (Nesse, 2006; 2008). La sfârşitul anilor ’80, Nesse şi Williams au început o colaborare care a condus la promovarea a ceea ce ei au numit „**medicină darwiniană**” (Williams, Nesse, 1991). Întrebarea principală a acestei ştiințe este *de ce* rămânem vulnerabili în fața unor afecțiuni. Între timp au fost descoperite **şase motive pentru vulnerabilitate** (Nesse, 2005; 2006), pe care le vom analiza în continuare.

Figura 10.3. Randolph Nesse (n. 1948)

1. **Nepotrivirea** dintre organisme şi mediile noi constituie una din principalele cauze ale bolilor cronice. În ceea ce priveşte tulburările comportamentale, este binecunoscută părerea (susținută de date statistice) că epoca modernă, cu avansul ei tehnologic uluitor, deci cu schimbarea semnificativă şi rapidă a mediului, predispune la reacții care nu sunt în sine patologice, dar care sunt nocive pentru sănătate. În cazul consumului excesiv de

alimente, alcool sau al consumului de droguri, din nou este evident că populația umană nu s-a adaptat încă la o producție prea crescută a acestor substanțe (consumul excesiv dăunează grav sănătății; dar e plăcut, totuşi, iar drogurile şi alcoolul au urmări sociale).

2. **Co-evoluția** speciei umane şi a duşmanilor ei invizibili (microorganisme) poate avea de asemenea urmări în sfera comportamentală. Infecțiile persistă deoarece avansul nostru evolutiv este depăşit de cel al viruşilor şi bacteriilor, iar unele boli mintale pot fi cauzate tocmai de reacțiile sistemului imunitar. De exemplu, anumite cazuri de tulburare obsesiv-compulsivă pot apărea datorită reacțiilor autoimune induse de streptococi, care afectează nucleul caudat (implicat în reacțiile motorii). De asemenea, s-a constatat că expunerea prenatală la infecții (în perioadele epidemiilor de gripă) predispune la schizofrenie. Dar există o competiție şi în cadrul propriei noastre specii, în special în ceea ce priveşte selecția sexuală sau lupta pentru statut social (dominație/resurse). Acestea conduc la diverse tulburări, cum ar fi tendințele suicidare, comportamentele histrionice, schizoide, obsesiv-compulsive, bipolare, dar şi la unele aspecte pozitive, cum ar fi creativitatea.
3. **Compromisul** (*trade-off*) reprezintă alegerea unei trăsături în locul alteia, de cele mai multe ori fiind selectate (probabil) trăsăturile cu valoarea adaptivă mai crescută, chiar dacă nu pare astfel la prima vedere. „Noi oamenii am putea alerga mai repede dacă am avea picioare mai lungi, dar atunci am avea oase mai fragile. Am putea fi mai puțin anxioşi, dar atunci am avea mai multe şanse să fim răniți sau ucişi" (Nesse, 2005, p. 905).
4. **Succesul reproductiv în schimbul sănătății** este unul dintre cele mai evidente compromisuri, cel despre care vorbea Williams (1957). Dacă o genă are capacitatea de a creşte succesul reproductiv, aceasta se va răspândi în cadrul populației, chiar dacă are efecte nocive pentru sănătate. Aceste gene ar putea fi responsabile pentru unele comportamente nedorite, cum ar fi competiția dură, invidia, lăcomia etc. (Buss, 2000). Un exemplu este şi cel al păsării tropicale, oferit de Carl Rogers (pag. 81) Desigur, asta nu înseamnă că nu vor fi selectate adesea şi „gene bune", responsabile pentru comportamente cooperative sau prosociale şi care conduc la o stare de bine generală (sănătate).
5. **Constrângerile** se referă la neajunsurile, erorile şi structurile subdezvoltate rezultate în urma selecției naturale. Nesse oferă adesea exemplul ochiului uman, care, de regulă, este considerat o maşinărie aproape perfectă, dar, în realitate, este departe de a fi aşa. Spre exemplu, pata oarbă, care nu ne permite să vedem obiectele dintr-o anumită arie, se datorează faptului că o parte din nervul optic şi nişte vase de sânge trec prin fața retinei, blocând astfel recepția. Acest lucru se întâmplă doar la mamifere. În mod similar, putem găsi constrângeri şi în ceea ce priveşte comportamentul. De exemplu, dacă mediul este de aşa fel încât nu ne permite să ne exprimăm sentimentele, putem avea reacții nevrotice.
6. **Reacțiile de apărare** sunt formate de către selecția naturală şi pot apărea ca anormale/patologice (strănutul, tusea, voma etc.). Chiar şi durerea este o reacție de apărare, poate cea mai esențială, iar oamenii care nu pot simți durere sau nu pot tuşi, strănuta etc., vor muri, de obicei, timpuriu. Analog, anxietatea şi depresia ne pot părea ca dezadaptative, dar ele sunt, de fapt, comportamente ce sporesc succesul reproductiv. Natura nu este interesată de faptul că, în doze mari (= când devin generalizate şi severe), acestea dăunează sănătății. De asemenea, emoțiile pozitive sunt adesea adaptative, dar în multe cazuri, pot fi fatale (vezi accidentele rutiere cotidiene, datorate „neatenției").

Observăm, deci, că nu trebuie să ne pripim în a considera tulburările comportamentale nişte expresii ale imposibilității de adaptare, de multe ori, reprezentând tocmai contrariul. O femeie care nu reuşeşte să atragă bărbații poate adopta un comportament histrionic (leşin, țipete, „fițe"), iar un bărbat care nu poate atrage femeile, poate adopta o atitudine de singuratic, de om căruia îi este suficientă propria prezență (schizoid), tocmai pentru o creştere a succesului reproductiv. O idee foarte interesantă este aceea că schizofrenia este „prețul pe care Homo sapiens îl plăteşte pentru limbaj [verbal]" (Crow, 2002). Nu credem că trebuie să mai indică toate avantajele pe care le avem de pe urma limbajului articulat. Este clar că fără el nu am fi putut domina pământul. Din acest punct de vedere, schizofrenia (şi alte tulburări asemănătoare) reprezintă doar un mic preț pe care îl avem de plătit, ca specie. Este un *compromis* rezonabil. Medicina darwiniană probabil nu va fi acceptată foarte uşor, cum nu a fost acceptat foarte uşor nici darwinismul. Aceasta se datorează faptului că prezintă o viziune mult mai sumbră asupra existenței noastre decât suntem obişnuiți (Nesse, 2006). Dacă contează doar succesul reproductiv, atunci noi suntem doar nişte soldăței care luptă pentru acest succes şi adesea ne rănim foarte grav în luptă. Dar, pe de altă parte, medicina generală (şi psihopatologia/psihiatria) are şansa de a înțelege mai bine cauzele tulburărilor datorită acestei perspective. Acesta ar putea fi un pas evolutiv extrem de benefic. Poate tocmai faptul că am elaborat această teorie înseamnă că şi individul poate să conteze. Şi chiar dacă această teorie urmăreşte, de fapt, tot numai binele speciei, dacă selecția naturală a condus la elaborarea ei deoarece creşte succesul reproductiv, un efect secundar este cu siguranță binele individului. De asemenea, credem că mai poate fi privită şi ca o reacție de apărare. Dacă tusea şi strănutul ne apără de microbi, medicina vrea să ne apere de toate bolile şi, implicit, de tulburările comportamentale.

„O găină este modul prin care un ou face un alt ou"
(Samuel Butler)

Terapii comportamentale

Perspectiva behavioristă asupra comportamentului anormal se aseamănă, într-o oarecare măsură, cu medicina darwiniană, în sensul că încearcă să găsească normalul în anormal. Comportamentul anormal nu se formează altfel decât comportamentul normal adică urmează aceleaşi principii ale învățării: condiționarea clasică şi condiționarea operantă (cap.7). Valoarea cea mare a perspectivei behavioriste rezidă nu numai în viziunea non-mentalistă (pozitivistă) asupra comportamentului anormal, ci (poate mai mult) în succesul pe care l-au avut modelele psihoterapeutice bazate pe principile învățării în tratamentul tulburărilor comportamentale. Esența terapiilor de orientare comportamentală este cuprinsă într-o replică celebră a lui Eysenck: *„scapă de simptom şi ai eliminat nevroza"* (1959). Cu alte cuvinte, boala este însăşi simptomul, adică comportamentul,

iar modificarea acestui comportament, într-un sens adaptativ, este principala funcție a terapeutului. Dar, dacă comportamentul nevrotic (sau alte comportamente anormale) este dezadaptativ, atunci de ce nu se stinge? Răspunsul vine din partea condiționării operante. Acel comportament nu se stinge deoarece are, într-un fel sau altul, consecințe pozitive (Skinner, 1953). Ne putem gândi la simplul fapt că reacțiile negative pregătesc organismul pentru luptă sau fugă şi ne putem da seama că comportamentul nevrotic sau depresiv are, de fapt, o valoarea adaptativă. Stingerea unui comportament anormal se poate realiza doar dacă se elimină contingențele (consecințele) care îl provoacă. De exemplu, în cazul micuțului Albert (pag.53) asocierea şobolanului alb cu nişte stimuli condiționați pozitivi (ex: dulciuri), a determinat stingerea reacției de frică în fața şobolanului (Watson, Rayner, 1920). Astăzi, am spune că micuțul Albert încerca să evite şobolanul (întărire negativă), iar când prezența lui era asociată cu ceva pozitiv, evitarea nu mai era necesară şi se producea chiar apropierea (întărire pozitivă). Reacțiile de frică reprezintă, din acest punct de vedere, tocmai comportamente formate prin întărire negativă (pot elimina consecințele nedorite), iar reacțiile de bucurie sunt formate prin întărire pozitivă (râsul, să zicem, ne va apropia, de regulă, de alte persoane).

„Recent, există o abundență de studii care arată că medicația este mai bună decât tratamentul psihosocial pentru o varietate de tulburări, cum este depresia. Dacă medicația este într-adevăr mai bună, atunci nu este nici o problemă. Dar mulți dintre noi cred că tratamentele psihosociale ar putea fi mai bune şi preferabile pe termen lung. Acum, care este soluția acestei probleme? Trebuie să elaborăm tratamente mai eficiente. (...) tratamentele inovatoare, cu viitor promițător (...), proveneau în mare parte din tradiția analitic-comportamentală" (**Robert Kohlenberg** *et al.*, 2002, p.251)

În general, se vorbeşte de trei mari orientări psihoterapeutice comportamentale (Hayes, 2004; David, 2006; Ionescu, 2006; Sadock, Sadock, 2007). Primele două sunt bazate pe *condiționarea clasică* şi au apărut în Africa de Sud (Wolpe) şi, respectiv, Anglia (Eysenck şi Shapiro), iar „cea de-a treia generație de terapii comportamentale" (Hayes, 2004) este bazată pe *condiționarea operantă*. Orice aplicație practică a condiționării operante poartă numele de analiză comportamentală aplicată (pag.60), iar în cadrul clinic, se numeşte analiza clinică a comportamentului (*Clinical Behavior Analysis*) (Kohlenberg *et al.*, 2002). De asemenea, merită să menționăm şi eforturile lui Arthur Staats de a realiza o teorie comprehensivă, numită *Behaviorism psihologic* (1996). În ultimele decenii, majoritatea psihoterapeuților au combinat principiile învățării cu principiile psihologiei cognitive, formând astfel binecunoscutul curent terapeutic cognitiv-comportamental (Hayes, 2004; David, 2006), dar reprezentanții „celei de-a treia generații" rămân fideli behaviorismului radical, considerând că partea cognitivă a terapiei se referă, de fapt, tot la comportamente (Kohlenberg *et al.*, 2002; Kohlenberg, Tsai, 2007). În continuare, vom analiza metoda lui Wolpe (desensibilizare sistematică, 1958), două metode derivate din principiile condiționării operante (Hayes, 2004; Kohlenberg, Tsai, 2007) şi teoria lui Staats (2003).

Elaborată de **Joseph Wolpe** (1958), **desensibilizarea sistematică** este o metodă terapeutică bazată pe principiul *contra-condiționării*. Acest principiu presupune slăbirea asocierii învățate dintre anxietate şi obiectele care o provoacă prin întărirea altui răspuns, care este opus anxietății. Pentru aceasta, pacienților li se aplică în prealabil o tehnică de relaxare, după care sunt expuşi la stimulul care le provoacă reacția de anxietate. În acest moment, stimulul care provoacă anxietatea este asociat cu o stare plăcută de relaxare, iar această nouă asociere va inhiba anxietatea resimțită până atunci, procesul fiind denumit **inhibiție reciprocă**. Însă expunerea la un singur stimul nu este de ajuns, pentru că, după cum ne arată şi exemplul micului Albert (pag.53), o varietate largă de stimuli ce posedă caracteristici asemănătoare va provoca persoanei aceeaşi reacție. De aceea, pacientul întocmeşte o listă cu o „ierarhie a anxietății", în care aranjează obiectele sau situațiile anxiogene, de la cel mai slab la cel mai puternic. De exemplu, pentru o persoană care are frică de zbor, se poate începe cu o poză a unui avion, apoi cu o vizită la aeroport, iar în final, cu un zbor real. Fiecare treaptă a ierarhiei anxietății este atinsă gradual, trecându-se mai departe doar după ce pacientul a dobândit o deplină toleranță la obiectul sau situația respectivă (dacă se simte deplin relaxat în preajma unui avion, atunci se poate încerca un zbor). Tehnica lui Wolpe nu presupune neapărat experiența directă cu stimulii/situațiile. Cu ajutorul terapeutului, pacientul îşi poate imagina situațiile, dar, evident, expunerea la situațiile reale va fi mai eficientă. Procedeul desensibilizării sistematice este simplu, de multe ori rapid şi tratează cu succes cazuri de anxietate, fobii, obsesii, compulsiuni şi anumite tulburări sexuale (Sadock, Sadock, 2007).

Figura 10.4. Joseph Wolpe (1915-1997)

Analiza clinică a comportamentului (ACA) a început să ia amploare la sfârşitul anilor '60, dar multă vreme nu s-a adresat problemelor adultului, deoarece se credea că este inutil, întrucât mediul din cabinetul psihoterapeutului este prea efemer pentru a forma un repertoriu comportamental al pacientului. În anii '80, Hayes şi apoi Kohlenberg au început să aplica ACA şi la probleme adultului (Kohlenberg *et al.,* 2002). Metoda psihoterapeutică a lui **Steven Hayes** poartă numele de **terapia acceptării şi angajamentului** (*acceptance and commitment therapy* – ACT) şi se bazează pe *teoria cadrului relațional* (TCR), elaborată de acelaşi autor. TCR este o teorie care se preocupă de limbaj şi cogniție, dar nu în maniera psihologiei cognitive, adică fără a prelua metafore IT şi care a pornit de la principiile condiționării operante, în special de la analiza comportamentului verbal a lui Skinner (1957). Spre deosebire de Skinner, care pune accentul pe *unitățile verbale funcționale* (cuvinte, silabe etc.), Hayes consideră că „esența limbajului şi cogniției umane este

Figura 10.5. Steven Hayes (n. 1948)

abilitatea de a învăța să relaționăm evenimente prin control contextual arbitrar" (2004, p.648). Ce înseamnă aceasta? Înseamnă că avem capacitatea de a învăța că X este mai mare ca x şi de a aplica această regulă şi pentru A şi a. Acest tip de învățare relațională are trei mari proprități: (a) implicații mutuale (dacă A are o legătură cu B, atunci, implicit, în acel context, trebuie să existe o legătură şi invers – bidirecționalitate); (b) implicații combinatorice (dacă A are o legătură cu B, iar B are o legătură cu C, atunci A are o legătură C); (c) transformarea funcției stimulului (în funcție de valoarea pe care o are B sau C pentru noi, şi în funcție de legăturile lui B şi C cu A, vom acționa diferit la A). Acestea trei formează *cadrul relațional*.

Datorită aceste învățări relaționale, omul, spre deosebire de alte animale, rareori va putea scăpa de influența unui stimul aversiv. Moartea unei persoane dragi, de exemplu, va fi relaționată cu o sumedenie de cuvinte sau obiecte care ne vor aduce aminte de ea. Încercarea de a evita stimulii aversivi, adesea va amplifica starea de anxietate, creând un cadrul relațional propice acesteia. Această *evitare experiențială* reprezintă o cauză principală a tulburărilor comportamentale, alături de *fuziunea cognitivă* (ruperea rețelelor relaționale, un proces foarte dificil). ACT este o terapie care acționează tocmai asupra acestor cauze (mai multe detalii – Hayes, 2004).

Munca lui Hayes din anii '80 a influențat apariția **psihoterapiei funcționale analitice** (PFA; Kohlenberg, Tsai, 2007). Denumirea este derivată din analiza funcțională (= comportamentală) a lui Skinner. La momentul actual, este singura metoda psihoterapeutică aplicabilă adulților ce foloseşte direct principiile condiționării operante şi se concentrează în special asupra **întăririi**, specificării **comportamentelor relevante clinic** (CRC) şi **generalizării**. Nu credem că este necesar să definim întărirea comportamentului (dacă este, totuşi, vezi cap.7). **Robert Kohlenberg** şi **Mavis Tsai** arată că elementul esențial al PFA este „formarea directă şi întărirea unor repertorii comportamentale mai adaptative" (*ibidem*, p.8), desigur, cu ajutorul întăririi pozitive. CRC se referă atât la comportamentele problematice (anormale), cât şi la comportamentele-țintă (scopul psihoterapiei) şi sunt de trei feluri: *CRC1* (probleme ale clientului, care apar în cadrul şedințelor terapeutice şi a căror frecvență trebuie scăzută cât este cu putință), *CRC2* (îmbunătățiri ale comportamentului apărute în cadrul şedințelor terapeutice) şi *CRC3* (interpretările clientului asupra comportamentului; acestea folosesc pentru obținerea întăririlor în afara cabinetului). O terapie nu este eficientă decât dacă comportamentul dorit se repetă şi în afara cabinetului, adică dacă are loc o *generalizare*. Pentru analiştii comportamentului, acest lucru a reprezentat mereu o problemă şi, de regulă, era rezolvată prin aplicarea condiționării direct în ace-

„O emoție sau un sentiment este o stare corporală. Fiecare răspuns este însoțit de o stare corporală. De exemplu, atunci când alergăm, putem simți şi o stare corporală specifică.

Deşi atât fuga, cât şi emoțiile colaterale sunt prezente, de obicei nu spunem că ceea ce simțim esta cauza pentru care alergăm. În schimb, am putea spune că alergăm ca să prindem autobuzul. Cu alte cuvinte, nu atribuim un rol cauzal emoțiilor când o cauză externă poate fi identifică, cum este în cazul alergării după autobuz (...) Problema atribuirii statutului de cauză unei stări corporale colatarale este aceea că poate distrage atenția de la factorii care cauzează atât comportamentul (sau tendința de a acționa), cât şi emoția colaterală" (**Robert Kohlenberg** şi **Mavis Tsai**, 2007, pp.73-74).

le medii care prezintă probleme. Kohlenberg şi Tsai văd şi o alternativă, mai mult sau mai puțin accesibilă, şi anume, crearea unui mediu terapeutic similar din punct de vedere funcțional cu cel problematic. A realiza acest lucru este, de regulă, dificil, dar este uşor să ştim dacă am reuşit. „O similaritate funcțională între mediul natural şi mediul terapeutic este indicată de apariția unor CRC în ambele situații. De exemplu, un om a cărui problemă este ostilitatea dezvoltată în relațiile apropiate ar arăta că mediul terapeutic este similar funcțional celui cotidian dacă acesta devine ostil cu terapeutul pe măsură ce se dezvoltă o relație între ei" (*ibidem*, p.15). Din acest motiv, PFA se aseamănă cu psihanaliza (autorii o consideră chiar o punte de legătură între psihanaliză şi terapia comportamentală), stabilind relații îndelungate, dar (probabil) mult mai intense. Acesta este un neajuns, am putea spune, întrucât se caută psihoterapii cât mai scurte cu putință, dar este de înțeles, dacă ne aducem aminte că analiza comportamentală (skinneriană) nu a mai fost aplicată decât de către Hayes (care între timp şi-a elaborat o perspectivă proprie) la adulți. Kohlenberg este de părere că viitorul va fi promițător (Kohlenberg *et al.*, 2002).

Arthur Staats este un cercetător care a adus contribuții semnificative în domeniul personalității şi personalității anormale. Teoria sa, numită **behaviorism psihologic** (BP), îşi are rădăcinile într-un articol din 1957, în care Staats critica terapia psihanalitică aplicată delirului unor schizofreni. În loc să trateze, acea terapie făcea mai rău, întărind comportamentul delirant. Staats propunea metode noi de terapie, bazate atât pe principiile condiționării clasice, cât şi pe principiile condiționării operante. Ca şi ceilalți terapeuți comportamentalişti, Staats consideră că comportamentul anormal urmează aceleaşi reguli ca şi comportamentul normal, iar în cazul delirului, de exemplu, soluția ar fi ignorarea acestuia şi întărirea discursului coerent (Staats, 1996; 2003). Spre deosebire de alți behaviorişti, Staats nu ignoră alte perspective psihologice, deoarece, chiar dacă explicațiile pentru comportamentul uman nu trebuie căutate în minte, sine, eu, trăsături ş.a.m.d., totuşi aceste perspective oferă descrieri care pot fi de folos analizei comportamentale. De exemplu, aplicând principiile condiționării, Staats a arătat că multe din comportamentele cognitive descrise de Piaget pot fi învățate mai devreme (Staats, 2003). Pe de altă parte, este unanim acceptat de către teoreticienii din domeniile psihologiei tradiționale (mentaliste) că personalitatea este, în cea mai mare parte, învățată, dar acest lucru pare să-i intereseze prea puțin, punând accentul pe cauzele interne. BP reprezintă astfel o ambițioasă încercare de sinteză, de a *„behavioriza" psihologia* şi de a *„psihologiza" behaviorismul* (*ibidem*, vezi şi caseta următoare).

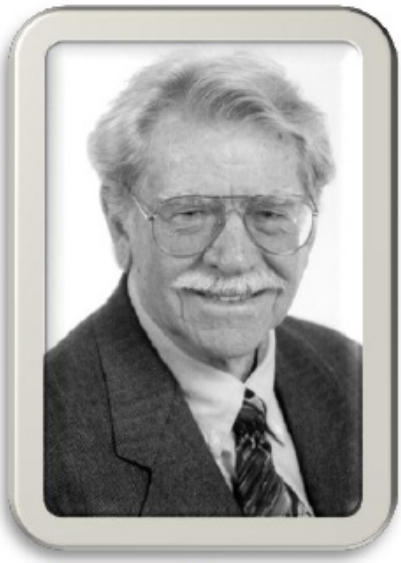


Figura 10.6. Arthur Staats (n. 1924)

„Acum mai bine de 45 de ani, în timp ce încă eram student la UCLA, am demarat un program de cercetare căruia nu i-am dat un nume timp de câțiva ani şi care apoi a fost numit behaviorism social, mai târziu behaviorism paradigmatic şi, în sfărşit, BP [behaviorism psihologic]. Am observat că behaviorismul tradițional are o mare importanță pentru ştiință, datorită principiilor învățării şi experimentului. Dar am observat de asemenea şi că behaviorismul de până atunci era dezvoltat incomplet, orientat către studiul animalelor şi restrâns la studiul de laborator. Pe deasupra, continea şi erori fundamentale şi nu avea nici un plan prin care să facă legătura cu psihologia tradițională, să contribuie la aceasta şi să se folosească de produsele ei. Foarte devreme în programul de cercetare am realizat că principiile condiționării animale nu sunt suficiente pentru a o oferi explicații pentru comportamentul şi pentru personalitatea umană. Din punctul meu de vedere, era nevoie de o nouă teorie comportamentală, care să se concentreze sistematic şi comprehensiv asupra comportamentului uman, să facă legătura cu abordările psihologiei tradiționale asupra multor fenomele comportamentale umane şi să includă o nouă filosofie şi o nouă metodologie" (**Arthur Staats**, 2003, p.143).

Behavioriştii nu sunt interesați deloc de conceptul de personalitate ca şi cauză a comportamentului, în timp ce psihologia tradițională (personologia) consideră că personalitatea este un proces intern unic care determină comportamentul unic al individului. Din perspectiva BP, personalitatea este compusă din trei **repertorii comportamentale de bază** (RCB). Înainte de a vedea care sunt acestea trebuie să explicăm ce este un RCB. Conceptul de RCB a apărut în cadrul BP ca urmare a încercării de a explica *învățarea cumulativ-ierarhică*, specifică omului. Staats consideră că nu putem aplica mecanicist principiile condiționării, deoarece învățarea umană se produce pe baza comportamentelor învățate anterior. Pentru a învăța psihoterapie, trebuie înainte să învățăm psihologie generală, apoi perspectivele asupra comportamentelor anormale şi la toate acestea se adaugă practica. Astfel, pe măsură ce *acumulăm*, dobândim repertorii comportamentale din ce în ce mai complexe (situate *ierarhic* mai sus). RCB reprezintă acele repertorii care permit apariția unei noi învățări, în procesul general al învățării cumulativ-ierarhice (Staats, 1996, 2003). De exemplu, un comportament verbal psihologic fluent şi coerent este un RCB pentru trecerea la un comportament verbal psihopatologic/psihoterapeutic. Un RCB este atât o cauză (a comportamentului viitor), cât şi un efect (al comportamentului de învățare precedent).

Psihologia tradițională obişnuieşte să împartă sfera psihică a omului în cognitiv, afectiv-motivațional şi psihomotor. Din perspectiva BP, personalitatea este compusă din trei RCB: *emoțional-motivațional*, *lingvistic-cognitiv* şi *senzorio-motor*. Astfel, cele trei dimensiuni psihice nu mai sunt văzute ca nişte entități de sine-stătătoare, ci ca nişte repertorii comportamentale, care oferă explicații pentru **unicitatea**, **consistența** şi **continutul/procesualitatea** personalității. O trăsătură de personalitate devine, în viziunea BP, un aspect particular a unuia sau a mai multor RCB. „De exemplu, a-

ţi plăcea un cântec religios implică o emoţie izolată. Dar dacă persoana prezintă răspunsuri emoţionale pozitive la mulţi stimuli religioşi – credinţă, istorie, ritualuri, sărbători, personaje religioase, dogme generale şi particulare –, atunci devine o trăsătură de personalitate, o componentă importantă a RCB emoţional-motivaţional (ca şi a celui lingvistic-cognitiv şi a celui senzorio-motor)" (Staats, 2003, p.149). Desigur, aflând, să zicem, că mulţi oameni religioşi nu sunt tocmai exemple bune şi că nimeni nu l-a văzut pe Dumnezeu, RCB-urile persoanei se pot modifica drastic, făcându-şi apariţia, în felul acesta, ateismul, şi *paradoxul consistenţei* (pag.32).

Comportamentul anormal reprezintă, din perspectiva BP, fie **lipsa unui comportament** (care are valoare adaptativă pentru persoană), fie **un comportament incorect sau inadecvat** (fiind astfel dezadaptativ). Orice comportament sau RCB are nevoie de un *mecanism biologic*, care să-i permită să se manifeste şi să fie reţinut (memorat). Personalitatea anormală (comportamentul anormal) poate surveni, în cel mai uşor de detectat caz, datorită unor deficienţe biologice care nu permit învăţarea unui RCB (cel mai bun exemplu este sindromul Down). O altă categorie de variabile care poate cauza comportamentul anormal se poate găsi în mediul în care are loc învăţarea, care poate fi lacunar, determinând astfel apariţia unui RCB lacunar sau incorect/inadecvat şi care poate întări în continuare comportamentele anormale (Staats, 1996). Pe baza acestor principii fundamentale a fost realizată şi metoda terapeutică numită **terapia/analiza comportamentului psihologic**, care are, precum celelalte terapii comportamentale, scopul modificării comportamentelor anormale, în vederea unei mai bune adaptări a persoanei.

Am văzut în cap.5 că ereditatea şi mediul sunt în egală măsură responsabile pentru trăsăturile comportamentale (de personalitate), dar nu neapărat şi în aceeaşi proporţie. Ne putem pune atunci întrebarea dacă acelaşi lucru este valabil şi pentru comportamentul anormal. Un prim răspuns poate veni din partea medicinei darwiniene (discutată mai sus), care ne spune, că dacă o trăsătură comportamentală, fie ea aparent dezadaptativă, cum ar fi depresia, are valoare pentru reproducere, atunci aceasta va fi selectată şi se va răspândi (transmite genetic) la urmaşi (Nesse, 2005; 2006).

În afară de medicina darwiniană, există o bună parte a psihiatriei tradiţionale/psihopatologiei care s-a ocupat de eritabilitatea (pag.40) personalităţii anormale (de exemplu, Meehl, 1990; Carey, DiLalla, 1994; Cooper, 2001; Plomin, McGuffin, 2003; Sadock, Sadock, 2007), iar rezultatele indică o bază genetică pentru aproape orice tulburare psihică cunoscută. Există totuşi probleme în ceea ce priveşte definirea acestor tulburări şi, implicit, în ceea ce priveşte consensul asupra manifestărilor fenotipice, iar aceste probleme

„ ...tulburările de anxietate includ caracteristici emoţional-motivaţionale inadecvate (de exemplu, persoana fobică are o reacţie inadecvat de negativă la un anumit tip de stimuli). Pe partea pozitivă, un parafil a învăţat un răspuns emoţional sexual puternic la un obiect sexual inadecvat, cum se întâmplă în cazul pedofiliei, sadismului sexual, şi masochismului. RCB lingvistic-cognitiv poate fi de asemenea inadecvat şi poate provoca simptome precum delirul paranoid, mitomanie, un concept despre sine nerealist ş.a. Un RCB senzorio-motor inadecvat se exprimă în cazurile de viol şi alte agresiuni, în comportamentul motor bizar al unor psihotici şi în autostimularea şi comportamentele repetitive ale unor copii autişti" (**Arthur Staats**, 1996, p.257).

Genetica comportamentului anormal

„Mişcarea eugenică, care l-a avut ca protagonist timpuriu pe Galton, a promovat multă vreme ideea că boala mintală, sărăcia cugetului, criminalitatea, alcoolismul şi promiscuitatea sexuală erau toate expresii ale degenerării naționale sau rasiale, iar remediul lor era o politică a controlului selectiv al naşterilor, care ajungea până la sterilizarea celor care nu erau potriviți pentru a face copii. Idei de această natură au susținut mişcări politice la începutul secolului XX, au inspirat noi legislații în mai multe țări, şi au fost folosite pentru a justifica exterminarea în masă a celor bolnavi mintal şi a celor handicapați, sub regimul lui Hitler. În zilele noastre, cei care lucrează în domeniul geneticii umane s-au străduit din greu pentru a se disocia pe plan ştiințific şi moral de teoria eugeniei..." (**Brian Cooper**, 2001, p.91).

adesea împiedică sau încetinesc descoperirea genelor responsabile pentru comportamentele anormale. Dar chiar şi aşa, descoperirile sunt impresionante (vezi Plomin, McGuffin, 2003). Descoperirea bazelor genetice ale tulburărilor comportamentale ne poate ajuta să prevenim apariția şi răspândirea acestora, dar nu trebuie să dăm dovadă de atâta naivitate încât să credem că *doar* genele sunt responsabile pentru o tulburare comportamentală. Nu încape îndoială că mediul este de asemenea responsabil (Cooper, 2001). O tulburare comportamentală apare în cadrul *interacțiunii* (GxM) şi *corelației* (G*r*M) dintre gene şi mediu. GxM se referă la probabilitatea ca o anumită genă predispozantă la tulburări să se activeze în cadrul unui anumit set de condiții (mediu), iar G*r*M se referă la faptul că genele unei persoane pot creşte probabilitatea ca ea să fie expusă la mediile ce pot provoca tulburări (Moffit *et al*., 2006).

Cercetările timpurii asupra geneticii moleculare psihopatologice căutau o singură genă, necesară şi suficientă pentru o singură tulburare. Totuşi, cazurile în care se poate identifica o astfel de genă sunt foarte rare. De aceea, cercetările s-au îndreptat către ipoteza că mai multe gene sunt responsabile pentru vulnerabilitatea la tulburările comportamentale. Deşi există un oarecare succes în acest domeniu, acesta este totuşi dezamăgitor în comparație cu descoperirile făcute pentru tulburările fiziologice, dar se aşteaptă un viitor promițător, odată cu interpretarea rezultatelor Proiectului Genomului Uman* (Plomin, McGuffin, 2003). Printre cele mai studiate tulburări, se numără schizofrenia, tulburările de dispoziție, alcoolismul cronic, demențele şi retardul mintal, autismul ş.a. În continuare, vom discuta puțin despre schizofrenie, deoarece adesea este considerată cea mai gravă tulburare psihiatrică.

Paul Meehl (1990) e elaborat o teorie genetică a **schizofreniei** a cărei idee de bază este că o singură genă determină o anomalie atențională a sistemului nervos central, anomalie numită *schizotaxie*. Schizotaxia determină apariția unor comportamente/tulburări asemănătoare celor psihotice din schizofrenie (este vorba de tulburările de personalitate schizoidă, schizotipală şi paranoidă), care pot duce sau nu către o schizofrenie, în funcție de alți factori genetici predispozanți şi de învățarea socială.

Cercetările din ultimii ani au descoperit că există o contribuție genetică probabil la toate formele de schizofrenie (Cooper, 2001; Plomin, McGuffin, 2003; Riley, Kendler, 2006; Sadock, Sadock, 2007). Acest fapt este indicat în principal de incidența schizofreniei la nivelul celor cu rude bolnave, care este considerabil crescută față de incidența la nivelul populației. Studiile au fost realizate asupra

* Pentru detalii, vezi http://www.ornl.gov/sci/techresources/Human_Genome/home.shtml.

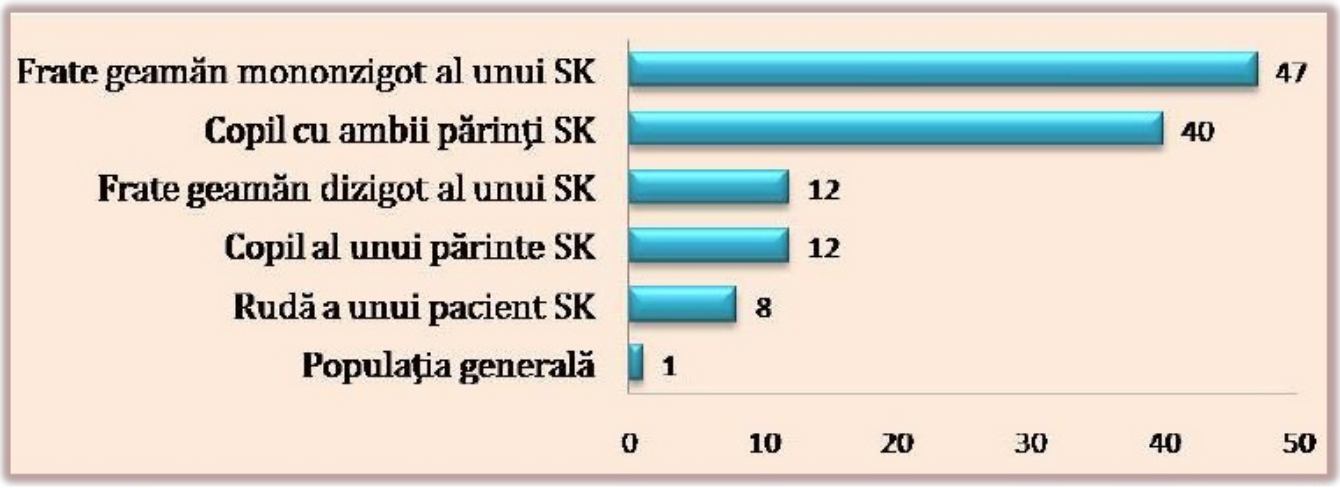


Figura 10.7. Incidenţa schizofreniei (%) în cadrul diverselor populaţii (SK = schizofrenic/-i) (după Sadock, Sadock, 2007).

celor cu părinți bolnavi şi asupra gemenilor, incidența cea mai ridicată fiind în cazul gemenilor monozigoți (fig. 10.7). Factorul genetic este evident implicat în acest caz, deoarece gemenii monozigoți au aceeaşi zestre ereditară, dar faptul că schizofrenia apare doar la jumătate din aceştia evidențiază rolul major al mediului. Aportul eredității este relevat şi de faptul că incidența scade în rândul celor care au rude îndepărtate (gradele II şi III) diagnosticate cu schizofrenie. De asemenea, s-a descoperit că vârsta tatălui este foarte importantă, copiii făcuți la peste 60 de ani fiind predispuşi la dezvoltarea unei schizofrenii. Este posibil ca spermatogeneza masculilor vârstnici să fie mai vulnerabilă la leziuni genetice în comparație cu masculii tineri (Sadock, Sadock, 2007).

Au fost localizate o serie de gene care par a predispune la schizofrenie, iar cele mai puternice dovezi există pentru două dintre ele: *disbindina* (DTNBP1) şi *neuregulina 1* (NRG1) (Riley, Kendler, 2006; Harrison, Law, 2006). Nu putem oferi mai multe detalii, deoarece acestea ar presupune cunoştințe avansate de genetică moleculară. În schimb, o idee ce merită menționată este că o serie de studii recente par să identifice gene care favorizează atât apariția schizofreniei, cât şi a tulburării bipolare (Craddock *et al.*, 2005; 2006). Aceste două tulburări reprezintă „pietrele unghiulare" ale psihiatriei şi au fost considerate de la început ca entități nosologice distincte (Emil Kraepelin este primul care, în 1896, face distincția între *dementia praecox* – schizofrenie şi *psihoza maniaco-depresivă* – tulburarea bipolară). Întregul domeniu al psihiatriei s-ar destrăma fără acestea şi, probabil, cele mai aprinse discuții s-au ținut asupra lor. În aceste condiții, ne putem da seama că, în caz că s-ar dovedi că într-adevăr au o bază genetică comună, psihiatria ar suferi o revoluție majoră, ca de altfel întreaga noastră înțelegere asupra acestor două mari probleme comportamentale. Viitorul sună promițător.

„Prin urmare, schizofrenia este în mare măsură mediată*, dar nu şi* determinată *genetic”*

(**Brien Riley** şi **Kenneth Kendler**, 2006, p.669)

Şi pentru noi, psihologii (psihoterapeuții), viitorul sună promițător, deoarece genele nu reprezintă un destin imuabil. Faptul că putem modifica mediul în aşa fel încât să prevenim şi/sau să vindecăm schizofrenia este una dintre cele mai valoroase achiziții pe care le avem până acum. Schizofrenia se caracterizează în principal prin aşa-numitele simptome „pozitive” (delir, halucinații), la care se adaugă simptomele „negative” (depresie, anxietate ş.a.). Ne-am aştepta ca psihoterapia cognitiv-comportamentală să amelioreze/înlăture simptomele negative, mai ales că o face cu succes în cazul tulburărilor mai uşoare. Faptul că acționează asupra simptomelor pozitive (Garety, 2002; Turkington *et al.*, 2006) este cu adevărat surprinzător şi, cine ştie, poate în viitor nu va mai fi nevoie de medicamente, iar rata vindecării va creşte simțitor. Datorită psihologiei, desigur.

- Normalitatea poate fi privită ca: (1) stare de sănătate, (2) utopie, (3) medie la nivelul populației şi (4) proces; la drept vorbind, nimic din ceea ce se întâmplă nu este anormal, iar înțelegerea proceselor naturale (normale) ce stau la baza comportamentelor anormale este principalul scop al oricărei încercări de remediere.
- Medicina darwiniană arată că unele comportamente, care par la prima vedere dezadaptative, au de fapt valoare pentru reproducere; de exemplu, ar putea fi selectată o genă care ar creşte şansele de reproducere, dar care ar cauza o îmbătrânire mai rapidă (compromis); prin analogie, acelaşi lucru poate fi valabil şi pentru anumite comportamente, cum ar fi depresia sau anxietatea, sau chiar tulbările de personalitate sau psihozele.

- Psihoterapiile comportamentale aplică principiile condiționării clasice (pavloviene) şi ale condiționării operante (skinneriene) în cadrul clinic în vederea eliminării comportamentelor dezadaptative (anormale) şi întăririi celor adaptative (normale); principalii reprezentanți sunt Eysenck şi Shapiro, Wolpe, Hayes, Kohlenberg şi Tsai şi Staats.
- Orice comportament anormal, inclusiv psihozele, sunt determinate de interacțiunea dintre gene (ereditate) şi mediu; în prezent, cercetătorii caută genele specifice fiecărei tulburări.

1. Identificați (în maniera medicinei darwiniene) posibile funcții adaptative ale delirului sau ale halucinațiilor (desigur, şi ale oricăror alte simptome doriți).
2. Cum ar fi indicat să acționăm, conform principiilor condiționării, într-un caz de depresie majoră? Dar cu un pacient schizofren?
3. Dacă depresia, anxietatea sau chiar unele tulburări mai grave îl ajută pe un om să creeze (scrie, picteze etc.), ar trebui să mai ajutăm clinic acest om? (Desigur, presupunând că terapia i-ar oprima creativitatea.)

BIBLIOGRAFIE

Allport, FH, Allport, GW (1921), "Personality traits: Their classificiation and measurement" in *Journal of Abnormal and Social Psychology*, *16*, 6-40.

Allport, GW (1927), "Concepts of trait and personality" in *Psychological Bulletin*, *24*, 284-293.

Allport, GW (1937), *Personality: A Psychological Interpretation*, Holt, Reinhart Taylor & Francis Group, London.

Allport, GW (1961), *Pattern and Growth in Personality*, Holt, Rinehart, New York.

Allport, GW (1966), "Traits Revisited" in *American Psychologist*, *21*, 1-10.

Aristotel, *Etica nicomahică*, Editura Antet, Filipeştii de Târg, Prahova.

Avise, JC, Ayala, FJ (2009), "In the Light of Evolution III: Two Centuries of Darwin" in Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, *106*, 9933-9938.

Bandura, A (1965a), "Influence of Models' Reinforcement Contingencies on the Acquisition of Imitative Responses" in *Journal of Personality and Social Psychology*, *1(6)*, 589-595.

Bandura, A (1965b), "Vicarious Processes: A Case of No-Trial Learning" in *Advances in Experimental Social Psychology*, *2*, 1-55.

Bandura, A (1982), "The Psychology of Chance Encounters and Life Paths" in *American Psychologist*, *37(7)*, 747-755.

Bandura, A (1991), "Social cognitive theory of personality" in Pervin, LA, John, OP, *Handbook of Personality: Theory and Research 2nd edition*, Guilford Publications, Inc, New York.

Bandura, A (1996), "Ontological and Epistemological Terrains Revisited" in *Journal of Behavioral Therapy and Experimental Psychiatry*, *27(4)*, 323-345.

Bandura, A (2001), "Social Cognitive Theory: An Agentic Perspective" in *Annual Review of Psychology*, *52*, 1-26.

Bandura, A (2005), "The Evolution of Social Cognitive Theory" in Smith, KG, Hitt, MA (eds), *Great Minds in Management*, Oxford University Press, Oxford.

Bandura, A (2006), "Toward a Psychology of Human Agency" in *Perspectives on Psychological Science, 1*, 164-180.

Bandura, A (2008), *Self-Processes, Learning, and Enabling Human Potential*, Information Age Publishing, Charlotte, North Carolina.

Bateson, W (1909), *Mendel's Principles of Heredity*, Cambridge University Press, London

Baynes, K, Gazzaniga, MS (2002), "Consciousness, Introspection, and the Split-Brain: The Two Minds/One Body Problem" in Gazzaniga, MS (ed), *The New Cognitive Neuroscience*, *2nd edition*, MIT Press, Cambridge, Massachusetts.

Boeree, CG (2006), *Personality Theories*, *Carl Rogers*, http://webspace.ship.edu/cgboer/rogers.html, accesat iulie 2009.

Bouchard, TJ, Jr., Loehlin, JC (2001), "Genes, Evolution, and Personality" in *Behavior Genetics*, *31*, 243-273.

Buss, DM (1991), "Evolutionary Personality Psychology" in Cooper, C.L., Pervin, L.A. (1998), *Personality – Critical Concepts in Psychology*, Taylor & Francis Group, London.

Buss, DM (2000), "Evolution of Happiness" in *American Psychologist*, *55,* 15-23.

Buss, DM (2001), "Human Nature and Individual Differences: The Evolution of Human Personality" in Pervin, LA, John, OP, *Handbook of Personality: Theory and Research 2nd edition*, Guilford Publications, Inc, New York.

Eberhard, WG (2009), "Postcopulatory Sexual Selection: Darwin's Omission and Its Consequences" in Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, *106*, 9933-9938.

Ekehammar, BO (1974), "Interactionism in Personality From a Historical Perspective" in *Psychological Bulletin*, *81*, 1026-1048.

Endler, NS, Kocovski, NL (2001), "State and trait anxiety revisited" in *Journal of Anxiety Disorders*, *15*, 231–45.

Epstein, S (1979), "The Stability of Behavior: I. On Predicting Most of the People Most of the Time" in *Journal of Personality and Social Psychology*, *37*, 1097-1126.

Epstein, S (1980), "The Stability of Behavior: II. Implications for Psychological Research" in *American Psychologist*, *35*, 790-806.

Epstein, S, O'Brien, EJ (1985), "The Person-Situation Debate in Historical and Current Perspective" in *Psychological Bulletin*, *98*, 513-537.

Eysenck, HJ (1947/1997), *Dimensions of Personality*, Transaction Publishers, Edison, New Jersey.

Eysenck, HJ (1959), "Learning Theory and Behaviour Therapy" in *Journal of Mental Science*, *105*, 61-75.

Eysenck, HJ (1967/2006), *The Biological Basis of Personality*, Transaction Publishers, Edison, New Jersey.

Eysenck, HJ (1982), *Personality, Genetics, and Behavior*, Praeger, New York.

Eysenck, HJ (1987), "Arousal and Personality The Origins of a Theory" in Strelau, J, Eysenck, HJ (eds), *Personality Dimensions and Arousal*, Springer, New York.

Eysenck, MW (2000), "A Cognitive Approach to Trait Anxiety" in *European Journal of Personality*, *14*, 463-476.

Ewen, RB (1998), *Personality: A Topical Approach: Theories, Research, Major Controversies, and Emerging Findings*, Lawrence Erlbaum Associates, Ltd., East Sussex.

Fallon, D (1992), "An Existential Look at B.F. Skinner" in *American Psychologist*, *47*, 1433-1440.

Feist, J, Feist, GJ (2006), *Personality Theories*, *6th edition,* McGraw-Hill, New York.

Ferster, CB, Skinner, BF (1957), *Schedules of reinforcement*, Appleton–Century–Crofts, New York.

Figueredo, AJ, Sefcek, JA, Vasques, G, Brumbach, BH, King, JE, Jacobs, WJ (2005), "Evolutionary Personality Psychology" in Buss, DM (ed), *Handbook of Evolutionary Psychology*, John Wiley and Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Flynn, T (2006), *Existentialism – A Very Short Introduction*, Oxford University Press, New York.

Frankl, VE (1961), "Logotherapy and the Challenge of Suffering" in *Review of Existential Psychology and Psychiatry*, *1*, 3-7.

Frankl, VE (1984/2009), *Omul în căutarea sensului vieții*, Editura Meteor Press. Bucureşti.

Frankl, VE (1999/2008), *Teoria şi terapia nevrozelor. Introducere în logoterapie şi analiză existențială*, Editura Trei, Bucureşti.

Funder, DC (2006), "Towards a Resolution of the Personality Triad: Persons, Situations, and Behaviors" in *Journal of Research in Personality*, *40*, 21-34.

Galef, BG, Jr., Laland, KN (2005), "Social Learning in Animals: Empirical Studies and Theoretical Models" in BioScience, *55*, 489-499.

Galton, F (1892/1925), *Hereditary Genius*, MacMillian and Co., Ltd., London.

Garety, PA (2002), "It is no Longer Surprising that Cognitive-Behavioural Therapy Reduces Distressing Psychotic Symptoms" in Maj, M, Sartorius, N, *Schizophrenia*, *2nd edition*, John Wiley and Sons, West Sussex.

Gavrilă, L (ed.) (2003), *Genomica vol. I*, Editura Enciclopedică, Bucureşti.

Matthews, G, Deary, IJ, Whiteman, MC (2003), *Personality Traits, 2nd edition*, Cambridge University Press [var. trad. *Psihologia personalității Trăsături, cauze, consecințe* (2005), Editura Polirom, Iaşi].

Maxson, SC (2003), "Behavioral Genetics" in Gallagher, M, Nelson, RJ, Wiener, IB (eds), *Handbook of Psychology, vol. 3, Biological Psychology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Maxson, SC (2006), "Behavioral Genetics" in Hersen, M, Thomas, JC (eds), *Comprehensive Handbook of Personality and Psychopathology vol 1 Personality and Everyday Functioning*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

May, R (1953), *Man's Search for Himself*, Norton, New York.

May, R (1958), "Contributions of Existential Psychotherapy" in May, R, Angel, E, Ellenberger, HF (eds), *Existence – A New Dimension in Psychiatry and Psychology*, Basic Books, Inc., New York.

May, R (1961), "The Meaning of The Oedipus Myth" in *Review of Existential Psychology and Psychiatry*, *1*, 44-52.

McNaughton, N (2004), "The conceptual nervous system of J.A. Gray: anxiety and neuroticism" in *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, *28*, 227-228.

Meehl, PE (1990), "Toward an Integrated Theory of Schizotaxia, Schizotipy, and Schizophrenia" in *Journal of Personality Disorders*, *4*, 1-99.

Millon, T (2003), "Evolution: A Generative Source for Conceptualizing the Attributes of Personality" in Reynolds, WM, Miller, GE, Wiener, IB (eds), *Handbook of Psychology, vol. 5, Personality and Social Psychology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Millon, T (2005), "Reflections on the Future of Personology and Psychopathology" in Strack, S, *Handbook of Personology and Psychopathology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Millon, T, Grossman, SD (2003), "Goals of a Theory of Personality" in Reynolds, WM, Miller, GE, Wiener, IB (eds), *Handbook of Psychology, vol. 5, Personality and Social Psychology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Mischel, W (1968), *Personality and Assessment*, Wiley, New York.

Mischel, W (1973), "Toward a Cognitive Social Learning Reconceptualization of Personality" in *Psychological Review, 80*, 252-283.

Mischel, W, Staub, E (1965), "Effects of Expectancy on Working and Waiting for Larger Rewards" in *Journal of Personality and Social Psychology*, *2*, 625-633.

Mischel, W, Shoda, Y (1995), "A Cognitive-Affective System Theory of Personality: Reconceptualizing Situations, Dispozitions, Dynamics, and Invariance in Personality Structure" in *Psychological Review*, *102*, 246-268.

Mischel, W, Shoda, Y (2001), "Integrating Dispositions and Processing Dynamics within a Unified Theory of Personality: The Cognitive-Affective Personality System" in Pervin, LA, John, OP, *Handbook of Personality: Theory and Research 2nd edition*, Guilford Publications, Inc, New York.

Moffit, TE, Caspi, A, Rutter, M (2006), "Measured Gene-Environment Interactions in Psychopathology" in *Perspectives on Psychological Science*, *1*, 5-27.

Morgan, LC (1900), *Animal Behavior*, Harvard University Press, Massachusetts.

Morgan, TH (1925), *Evolution and Genetics*, Princeton University Press, Princeton.

Nesse, RM (2005), "Evolutionary Psychology and Mental Health" in Buss, DM (ed), *Handbook of Evolutionary Psychology*, John Wiley and Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Nesse, RM (2006), "Darwinian Medicine and Mental Disorders" in *International Congress Series 1296*, 83-94.

Nesse, RM (2008), "Evolution: Medicine's Most Basic Science" in *Lancet*, *372*, S21-S27.

Nicola, G (2001), *Istoria psihologiei*, Editura Fundației „România de Mâine", Bucureşti.

Papalia, D, Olds, S (1985), *Psychology*, McGraw-Hill, New York.

Pavelcu, V (1972), *Drama psihologiei*, EDP, Bucureşti.

Pavlecu, V (1982), *Cunoaşterea de sine şi cunoaşterea personalității*, EDP, Bucureşti.

Pickering, AD, Gray, AJ (2001a), "The Neuroscience of Personality" in Pervin, LA, John, OP, *Handbook of Personality: Theory and Research 2nd edition*, Guilford Publications, Inc, New York.

Pickering, AD, Gray, AJ (2001b), "Dopamine, Appetitive Reinforcement, and the Neuropsychology of Human Learning: An Individual Differences Approach" in Eliasz, A, Angleitner, A (eds), *Advances in Research on Temperament*, Pabst Science Publishers, Lengerich.

Pickering, AD, Corr, PJ (2008), "J.A. Gray's Reinforcement Sensitivity Theory (RST) of Personality" in Boyle, GJ, Matthews, G, Saklofske, DH (eds), *The SAGE Handbook of Personality Theory and Assessment*, *vol 1: Personality Theories and Models*, SAGE Publications, Ltd., London.

Pierce, WD, Cheney, CD (2004), *Behavior Analysis and Learning*, Lawrence Erlbaum Associates, Inc., New Jersey.

Plomin, R, Caspi, A (2001), "Behavioral Genetics and Personality" in Pervin, LA, John, OP, *Handbook of Personality: Theory and Research 2nd edition*, Guilford Publications, Inc, New York.

Plomin, R, McGuffin, P (2003), "Psychopathology in the Postgenomic Era" in *Annual Review of Psychology*, *54*, 205-228.

Popper, KR, Eccles, JC (1984), *The Self and Its Brain*, Springer, New York.

Revelle, W, Anderson, KJ, Humphreys, MS (1987), "Empirical Tests and Theoretical Extensions of Arousal-Based Theories of Personality" in Strelau, J, Eysenck, HJ (eds.), *Personality Dimensions and Arousal*, Springer, New York.

Ribot, T (1914/2002), *Ereditatea psihologică*, Editura IRI, Bucureşti.

Richelle, MN (1993), *B.F. Skinner: a Reappraisal*, Lawrence Erlbaum Associates Ltd., East Sussex.

Riley, B, Kendler, KS (2006), "Molecular Genetic Studies of Schizophrenia" in *European Journal of Human Genetics*, *14*, 669-680.

Rogers, CR (1961/2008), *A deveni o persoană*, Editura Trei, Bucureşti.

Rose, RJ, Dick, DM (2003), "Behavior" in Robinson, R (ed) *Genetics vol 1, A-D*, Macmillan Reference, The Gale Group, New York.

Rotter, JB (1990), "Internal Versus External Control of Reinforcement, A Case History of a Variable" in *American Psychologist*, *45*, 489-493.

Ruse, M (2009), "The Darwinian Revolution: Rethinking Its Meaning and Significance" in in Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, *106*, 10040-10047.

Sabshin, M (2005), "Concepts of Normality and Classification of Psychopathology" in Strack, S, *Handbook of Personology and Psychopathology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Sadock, BJ, Sadock, VA (2007), *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry*, *10th edition,* Lippincot Williams&Wilkins, Philadelphia.

Sartre, J-P (1946), "Existentialism Is a Humanism" in Kaufman, W (ed)(1975), *Existentialism from Dostoyevsky to Sartre*, Penguin Books, London.

Schluter, D, Conte, GL (2009), "Genetics and Ecological Speciation" in Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, *106*, 9955-9962.

Schneider, SM, Morris, EK (1987), "A History of the Term *Radical Behaviorism*: From Watson to Skinner" in *The Behavior Analyst*, *10*, 27-39.

Skinner, BF (1948/2005), *Walden Two*, Hackett Publishing, Indianapolis, Indiana.

Skinner, BF (1953), Science and Human Behavior, Macmillan, New York.

Skinner, BF (1957), *Verbal Behavior*, Appleton-Century-Crofts, New York.

Skinner, BF (1959), "John Broadus Watson, Behaviorist" in *Science*, *129*, 197-198.

Skinner, BF (1971), "Why Are the Behavioral Sciences Not More Effective?" in *The Listener*, *30*.

Skinner, BF (1971/2002), *Beyond Freedom and Dignity*, Hackett Pub. (Indianapolis, Ind).

Skinner, BF (1976), *About Behaviorism*, Vintage Books, New York.

Skinner, BF (1977), "Why I Am Not a Cognitive Psychologist" in *Behaviorism, 5*, 1-10.

Skinner, BF (1990), "Can Psychology Be a Science of Mind?" in *American Psychologist*, *45*, 1206-1210.

Smith, E.E, Nolen-Hoeksema, S, Fredrickson, BL, Loftus, GR (2005), *Introducere în psihologie, ediția a XIV-* a, Editura Tehnică, Bucureşti.

Staats, AW (1996), *Behavior and Personality: Psyhcological Behaviorism,* Springer, New York.

Staats, AW (2003), "A Psychological Behaviorism Theory of Personality" in Reynolds, WM, Miller, GE, Wiener, IB (eds), *Handbook of Psychology, vol. 5, Personality and Social Psychology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Strickland, BR (2001), "Social learning theory" in Strickland, BR (ed), *The Gale Encyclopedia of Psychology*, *2nd edition*, Gale Group, Farmington Hills.

Sturtevant, AH (1954/1959), "Social Implications of the Genetics of Man" in Peters, JA (ed), *Classic Papers in Genetics*, Prentice-Hall, Inc., Englewood, N.J.

Sutton, SK, Davidson, RJ (1997), "Prefrontal Brain Asymmetry: A Biological Substrate of the Behavioral Approach and Inhibition Systems" in *Psychological Science, 8*, 204–210.

Theophrastus (1826), *The Moral Characters of Theophrastus*, Codman Press, Andover.

Tooby, J, Cosmides, L (2005), "Conceptual Foundations of Evolutionary Psychology" in Buss, DM (ed), *Handbook of Evolutionary Psychology*, John Wiley and Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Turkington, D, Kingdon, D, Weiden, PJ (2006), "Cognitive Behavior Therapy for Schizophrenia" in *American Journal of Psychiatry*, *163*, 365-373.

Watson, JB (1913), "Psychology as the Behaviorist Views it" in *Psychological Review*, *20*, 158-177.

Watson, JB, Rayner, R (1920), "Conditioned Emotional Reactions" in *Journal of Experimental Psychology, 3*, 1-14.

Watson, JB (1925), *Behaviorism*, People's Institute, New York.

Watson, JD, Crick, FHC (1953/1959), "Molecular Structure of Nucleic Acids, A Structure for Deoxyribose Nucleic Acid" in Peters, JA (ed), *Classic Papers in Genetics*, Prentice-Hall, Inc., Englewood, N.J.

Williams, GC (1957), "Pleiotropy, Natural Selection, and the Evolution of Senescene" in *Evolution*, *11*, 398-411.

Williams, GC, Nesse, RM (1991), "The Dawn of Darwinian Medicine" in *The Quarterly Review of Biology*, *66*, 1-22.

Wilson, EO (1980), *Sociobiology, 5th edition*, Harvard University Press, Massachusetts.

Winter, DG, Barenbaum, NB (2001), "History of Modern Personality Theory and Research" in Pervin, LA, John, OP, *Handbook of Personality: Theory and Research 2nd edition*, Guilford Publications, Inc, New York.

Wolpe, J (1958), *Psychotherapy by Reciprocal Inhibition*, Standford University Press, Standford.

Wong, PTP (2006), "Existential and Humanistic Theories" in Hersen, M, Thomas, JC (eds), *Comprehensive Handbook of Personality and Psychopathology vol 1 Personality and Everyday Functioning*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Write, JC, Mischel, W (1987), "A Conditional Approach to Dispositional Constructs: The Local Predictability of Social Behavior" in *Journal of Personality and Social Psychology*, *53*, 1159-1177.

Zlate, M (2004), *Eul şi personalitatea*, Editura Trei, Bucureşti.

Zimmerman, BJ (2001), "Social Learning, Cognition, and Personality Development" in Smelser, NJ, Baltes, PB (eds), *International Encyclopedia of the Social and Behavioral Sciences*, Elsevier Science, Oxford.

Zuckerman, M (1991), *Psychobiology of Personality*, Cambridge University Press, Cambridge.

Zuckerman, M (2003), "Biological Bases of Personality" in Reynolds, WM, Miller, GE, Wiener, IB (eds), *Handbook of Psychology, vol. 5, Personality and Social Psychology*, John Wiley & Sons, Inc., Hoboken, New Jersey.

Zuckerman, M (2008), "Personality and Sensation Seeking" in Boyle, GJ, M Matthews, G, Saklofske, DH (eds), *The SAGE Handbook of Personality Theory and Assessment*, *vol 1: Personality Theories and Models*, SAGE Publications, Ltd., London.